

台南市白河區玉豐、大竹、竹門、內角附設幼兒園 2026年3月第3週午餐菜單

		3月16日				3月17日				3月18日				3月19日				3月20日								
		菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位					
主	食	糙米	白米		49	kg	白米	白米		52	kg	麵	拉麵-粗		140	kg	糙米	白米		52	kg					
		飯	糙米		3	kg	飯										飯	白米			kg					
主	菜	蒲燒鯛	蒲燒鯛35G		1310	份	鹹酥雞	CAS光雞丁		54	kg	奶油青醬麵	CAS碎培根		6	kg	香菇滷肉	鈕扣菇		1	kg	照燒雞丁	光雞丁		36	kg
								CAS翅小腿	切	15	kg		雞肉絲		27	kg		CAS前腿肉丁		48	kg		翅小腿		18	kg
			洋蔥	絲	4	kg		九層塔		1.2	kg		CAS紅蘿蔔丁		3	kg		豆干小丁		10	kg		蒜仁		0.5	kg
			*2片/人					蒜末		0.6	kg		CAS玉米粒		6	kg							白蘿蔔	中丁	15	kg
													冷凍青花菜CAS		20	kg		蒜仁		0.5	kg		照燒醬	2.4kg/瓶	2	桶
													洋蔥	小丁	12	kg		油蔥酥		2	包					
													洋菇片罐頭2.8KG		4	桶		醬油-糖								
副	菜	海芽燴蛋	濕海帶芽(不鹹)		4	kg	滷蛋	CAS滷蛋		655	粒						砂鍋菜	非基改角螺		3	kg	螞蟻上樹	高麗菜(有機或履歷)	粗絲	33	kg
			雞蛋cas		36	kg									板豆腐			2	板	冬粉			5	kg		
			薑絲		1	kg									山東白菜	片		48	kg	瘦粗絞肉			9	kg		
			鯉魚粉												紅蘿蔔	絲		3	kg	紅蘿蔔	絲		5	kg		
			香油												薑絲			0.3	kg	蔥	切珠		1	kg		
			*微湯汁												沙茶醬3KG			1	桶	醬油						
蔬	菜	鐵板銀芽																CAS秀珍魚丸		3	kg		乾香菇絲		0.6	kg
			有機豆芽菜		42	kg	有機奶油白菜	段	63	kg								有機小白菜	段	63	kg		有機鵪白菜	段	63	kg
			洋蔥	絲	8	kg												蒜末		0.5	kg		蒜末		0.5	kg
			蒜末		1	kg	蒜末		0.5	kg																
			無鹽奶油454G		1	塊																				
			蔥	切段	0.6	kg																				
湯	筍絲魚羹	脆筍絲		12	kg	冬瓜排骨湯	冬瓜	片	20	kg	干貝鮮菇雞湯	光雞丁		22	kg	玉米蛋花湯	CAS玉米粒		10	kg	地瓜QQ圓	地瓜	去皮切丁	20	kg	
		紅蘿蔔	絲	4	kg		中排骨		12	kg		山東白菜	片	15	kg		洗選蛋cas		10	kg		冬瓜茶塊		15	塊	
		香菜	切	0.5	kg		薑絲		0.3	kg		紅棗		0.1	kg							晶彩小圓子(芝麻)		4	kg	
		蒜末		0.5	kg							小朵生香菇		2	kg		蔥	切珠	0.6	kg		波霸粉圓		8	kg	
		CAS魚羹條	切2	6	kg							鈕扣菇		1	kg											
附	餐																									
營	養	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	主食類		肉魚豆蛋	蔬菜	
		4.10		3.10	1.40	4.00		3.20	1.40	4.80		3.20	0.60	5.10		2.50	1.70	6.00		2.60	2.00	6.00		2.60	2.00	
		水果類		油脂類	熱量	水果類		油脂類	熱量	水果類		油脂類	熱量	水果類		油脂類	熱量	水果類		油脂類	熱量	水果類		油脂類	熱量	
		1		3.00	749.50	0		3.00	690.00	0		2.80	717.00	1		2.50	759.50	0		2.40	773.00	0		2.40	773.00	
		蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	蛋白質		脂肪	醣類	
分	析																									

※經營養師審核：☐通過☐不通過(原因：)

午餐秘書：主任：校長：

★本校一律使用國產豬、牛肉食材；不使用蘇丹紅調味料

★本校營養午餐有供應甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等11種及其製品，不適合對其過敏體質者食用