

新竹縣新港國小 附設幼兒園 食譜

日期	星期	早點心	主食	副食一	副食二	副食三	湯	午點心	
		主食						主食	附餐2
1/2	五	生日蛋糕	環保餐(糙米飯)	青蔬豆皮煲(燒)	鮮菇蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	黑糖薑汁芋頭地瓜圓	港式蘿蔔糕	水果
1/5	一	抓餅	糙米飯(有機白米)	麻油雞(燒)	黑椒毛豆莢(煮)	有機蔬菜(炒)	白菜蛋花湯	馬來糕	水果
1/6	二	香菇赤肉羹	糙米飯(有機白米)	家常蒙古烤肉(炒)	麻婆豆腐(燒)	有機蔬菜(炒)	蔘鬚枸杞雞湯	黑輪甜不辣湯	水果
1/7	三	麻油雞麵線湯	特餐	肉絲蛋炒飯(炒)	蔥燜豬棒(滷)	有機蔬菜(炒)	羅宋湯	鮮奶脆片	水果
1/8	四	雞絲麵	糙米飯	蒲燒鯛(蒸)	蠔油豬柳(燒)	有機蔬菜(炒)	蘿蔔排骨湯	滷雞腿	水果
1/9	五	玉米雞蓉粥	環保餐(糙米飯)	香菇結菜麵輪(燒)	蕃茄炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	自製紅豆豆漿	奶黃包	水果
1/12	一	水餃	糙米飯(有機白米)	咖哩雞(燒)	銀芽肉絲(炒)	有機蔬菜(炒)	味噌湯	紅棗枸杞排骨湯	水果
1/13	二	茄汁炒板條	糙米飯(有機白米)	沙茶鮑魚丁(炒)	客家紫茄(炒)	有機蔬菜(炒)	山藥雞湯	紅豆牛奶	水果
1/14	三	黑糖小饅頭夾蛋	特餐	炸醬麵(燴)	雞柳條(二個)(炸)	有機蔬菜(炒)	酸辣湯	燒賣	水果
1/15	四	皮蛋瘦肉粥	糙米飯	軟燒里肌(滷)	腐皮青花(炒)	有機蔬菜(炒)	金茸蛋花湯	玉米濃湯	水果
1/16	五	鮮蔬冬粉	環保餐(糙米飯)	什錦煲(燒)	起司蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	燒仙草	小籠包	水果
1/19	一	青蔬湯餃	糙米飯(有機白米)	馬鈴薯燉雞(燒)	爆炒洋芹(炒)	有機蔬菜(炒)	山藥杏菇湯	紅糖芋圓湯	水果
1/20	二	小肉包	糙米飯(有機白米)	日式燒肉(燒)	白菜滷(滷)	有機蔬菜(炒)	大頭菜湯	關東煮	水果
1/21	三	金瓜瘦肉粥	特餐	家常炒板條(炒)	檸檬雞翅(蒸)	有機蔬菜(炒)	玉米濃湯	銅鑼燒	水果
1/22	四	香鬆飯	糙米飯	客家小炒(炒)	螞蟻上樹(炒)	有機蔬菜(炒)	芥菜雞湯	茶碗蒸	水果
1/23	五	黃金卷	環保餐(糙米飯)	菇燒豆腐(燒)	蔥花蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	珍珠豆漿	雞蛋布丁	水果
2/23	一	肉包	糙米飯(有機白米)	粟米雞丁(炒)	滷味海結(滷)	有機蔬菜(炒)	酸菜肉片湯	桂圓糯米粥	水果
2/24	二	炒米苔目	糙米飯(有機白米)	和風旗魚(炒)	豆干肉末雪菜(炒)	有機蔬菜(炒)	玉米蛋花湯	味噌豆腐湯	水果
2/25	三	芋頭糕	特餐	明目養生粥(煮)	香滷翅腿(二隻)(滷)	有機蔬菜(炒)	鍋貼(蒸)	玉米蒸蛋	水果
2/26	四	香菇雞肉粥	糙米飯	烤肉醬里肌(燒)	香炒蘿蔔(炒)	有機蔬菜(炒)	餛飩湯	條紋饅頭	水果

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

用餐人數						
用餐人數						
用餐人數						
用餐人數						
1月2日星期五	環保餐（糙米飯）	青蔬豆皮煲(燒)	鮮菇蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	黑糖薑汁芋頭地瓜圓	
		炸豆包 紅蘿蔔切絲 大白菜 CAS肉片 存 存 1.5 K 0.6 K	洗選蛋 生香菇 1 K 0.3 K	有機蔬菜(農會) 1.2 k	去皮芋頭(實重) 地瓜圓(1斤) 老薑 紅糖(450g) 存 1 包 存 存	

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

1月5日星期一	糙米飯(有機白米)	麻油雞(燒) 溫體去皮雞清肉薄片 0.6 K 杏鮑菇C 1 K 凍豆腐 存 黑麻油(3K) 存	黑椒毛豆莢(煮) CAS毛豆莢(1K) 1 包 切蒜 存 黑胡椒粒(1斤) 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	白菜蛋花湯 大白菜 存 CAS肉絲 存 洗選蛋 1 K 蔥 存 紅蘿蔔 存	
1月6日星期二	糙米飯(有機白米)	家常蒙古烤肉(炒) CAS肉片 存 豆芽菜 1 K 生香菇 存 高麗菜 1 K 九層塔 存 牛頭牌沙茶醬(737g) 存	麻婆豆腐(燒) 豆腐切丁(4.5K) 存 cas絞肉 1.5 K 蔥 存 辣豆瓣醬 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	蔘鬚枸杞雞湯 人蔘鬚(兩) 存 CAS骨髓丁 存 老薑 存 枸杞(1斤) 存 紅棗(1斤) 存	
1月7日星期三	特餐	肉絲蛋炒飯(炒) cas三色豆(1K) 存 CAS肉絲 0.6 k 洗選蛋 0.6 K 蔥 存	蔥焗豬棒(滷) 豬棒腿(支) 存 蔥 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	羅宋湯 蕃茄 存 去皮洋蔥(毛重) 存 CAS肉片 0.3 K 高麗菜 0.6 k 木耳 存	
1月8日星期四	糙米飯	蒲燒鯛(蒸) 蒲燒鯛(片) 存	蠔油豬柳(燒) 洋蔥 1.5 K CAS豬柳 存 豆干片 存 紅蘿蔔 存 素蠔油 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	蘿蔔排骨湯 去皮白蘿蔔(實重) 存 CAS排骨丁 1 K 紅蘿蔔 存	
1月9日星期五	環保餐(糙米飯)	香菇結菜麵輪(燒) 乾小麵輪(前一天送) 存 去皮大頭菜(實重) 1 K 生香菇 存 CAS肉丁 1 K	蕃茄炒蛋(炒) 洗選蛋 1 K 蕃茄 1 K 蔥 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	自製紅豆豆漿 黃豆(3K)(前一天送) 存 紅豆(1K)(前一天送) 存	

用餐人數
21

用餐人數
21

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

1月12日星期一	糙米飯(有機白米)	咖哩雞(燒) 溫體去皮雞清肉薄片 0.6 K 去皮洋芋(毛重) 1 K 去皮洋蔥(毛重) 存 紅蘿蔔小丁 存 佛蒙特甜咖哩塊 存	銀牙肉絲(炒) 豆芽菜 1 k CAS肉絲 0.6 k 紅蘿蔔切絲 存 韭菜 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	味噌湯 細味噌(1K) 存 豆腐切丁(4.5k) 存 濕海芽 0.3 K 蔥 存	
1月13日星期二	糙米飯(有機白米)	沙茶鮪魚丁(炒) 鮪魚丁 存 小油豆腐丁 2 k 去皮洋蔥(毛重) 存 牛頭牌沙茶醬(737g) 存	客家紫茄(炒) 茄子 存 CAS肉絲 1.5 k 蔥 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	山藥雞湯 山藥 0.3 K CAS骨腿丁 存 枸杞(1斤) 存 去皮洋芋(實重) 0.3 K	
用餐人數 21						
1月14日星期三	特餐	炸醬麵(燴) 白油麵 3 K cas絞肉 0.3 K 去皮洋蔥(毛重) 0.3 K CAS三色豆(1K) 存 甜麵醬(1斤) 存 維力醉醬 存	雞柳條(二個)(炸) 檸檬雞柳條(50入) 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	酸辣湯 筍絲(3K)(前一天送) 存 細豆腐1.2K 存 洗選蛋 0.3 K 木耳 存 紅蘿蔔切絲 存 香純烏醋 存	
1月15日星期四	糙米飯	軟燒里肌(滷) 溫體里肌肉片10 存 香蒜粉 存	腐皮青花(炒) 加工青花菜(實重) 2 k 角螺(3斤) 存 生香菇 存 紅蘿蔔 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	金耳蛋花湯 金針菇 0.6 K 洗選蛋 0.3 k 蔥 存 紅蘿蔔 存	
用餐人數 21						
1月16日星期五	環保餐(糙米飯)	什錦煲(燒) 大黑豆干(1切9) 2 K CAS肉片 存 芋粿籤(1k) 存 米血糕丁3K(270入) 存 滷包(10小包) 存	起司蛋(蒸) 洗選蛋 1.5 K cas三色豆(1k) 存 彩椒 存 起司絲(13) 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	燒仙草 仙草原汁(3K) 存 綠豆(前一天送) 存 水晶條(1斤) 存 熟硬花生(1斤) 存	

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

1月19日星期一	糙米飯(有機白米)	馬鈴薯燉雞(燒) 溫體去皮雞清肉薄片 0.6 K 去皮洋芋(實重) 1 k	爆炒洋芹(炒) 西芹 1.5 K CAS培根 0.3 K 木耳 存 紅蘿蔔切絲 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	山藥杏菇湯 山藥 1 K CAS排骨丁 存 杏鮑菇C 存
用餐人數	21				
1月20日星期二	糙米飯(有機白米)	日式燒肉(燒) CAS肉片 1 K 去皮洋蔥(毛重) 1 K 紅蘿蔔切絲 存 白芝麻1斤 存 味霖 存	白菜滷(滷) 大白菜 2 K CAS肉絲 存 金針菇 存 紅蘿蔔 存 大蝦米 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	大頭菜湯 去皮大頭菜(實重) 1 K cas排骨丁 存 紅蘿蔔 存
用餐人數	21				
1月21日星期三	特餐	家常炒板條(炒) 切板條 2 k CAS肉絲 0.6 k 紅蘿蔔切絲 存 豆芽菜 存 韭菜 存	檸檬雞翅(蒸) CAS檸檬烤翅(25入) 1 包	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	玉米濃湯 玉米粒 存 去皮洋蔥(毛重) 存 紅蘿蔔小丁 存 洗選蛋 存 cas火腿丁(1K) 存 濃湯粉 存
用餐人數	21				
1月22日星期四	糙米飯	客家小炒(炒) 魷魚條(2K) 存 CAS肉絲 1 K 豆干片 0.6 K 西芹 存 蔥 存	螞蟻上樹(炒) 冬粉 存 CAS絞肉 0.3 K 高麗菜 1.5 K 蔥 存 紅蘿蔔 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	芥菜雞湯 大芥菜 1 K CAS雞胸丁 存 老薑 存
用餐人數	21				
1月23日星期五	環保餐(糙米飯)	菇燒豆腐(燒) 豆腐切丁(4.5K) 存 袖珍菇 0.6 K 生香菇 0.6 K 木耳 0.3 K	蔥花蛋(炒) 洗選蛋 1.5 k 蔥 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	珍珠豆漿 黃豆(3K)(前一天送) 存 小黑珍珠粉圓(1斤) 存
用餐人數	21				

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

2月23日星期一	糙米飯(有機白米)	粟米雞丁(炒) 溫體去皮雞清肉丁 1 K 玉米粒 存 洋芋 1 K 紅蘿蔔 存 黑胡椒粒(1斤) 存	滷味海結(滷) 海帶結 0.5 存 CAS肉丁 1 K 紅蘿蔔 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	酸菜肉片湯 酸菜葉切 0.6 K cas肉片 0.3 k
用餐人數 21					
2月24日星期二	糙米飯(有機白米)	和風旗魚(炒) 旗魚丁 存 去皮洋蔥(實重)6 1.5 k 木耳 存 紅蘿蔔 存 蔥 存	豆干肉末雪菜(炒) 雪裡紅(切) 1.2 k 碎豆干丁 0.6 K CAS絞肉 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	玉米蛋花湯 洗選蛋 1 k 玉米粒 存 蔥 存
用餐人數 21					
2月25日星期三	特餐	明日養生粥(煮) 紅蘿蔔小丁 存 CAS絞肉 0.6 K 蔥油(500g) 存 蔥 存 枸杞(1斤) 存 大薏仁(前一天送) 存 雪蓮子(前一天送) 存 糙米(銘) 存 白米(銘) 存	香滷翹腿(二隻)(滷) CAS翹小腿(隻) 存 滷包(10小包) 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	鍋貼(蒸) 巧好鍋貼(50入) 存
用餐人數 21					
2月26日星期四	糙米飯	烤肉醬里肌(燒) 溫體里肌肉片10 存 烤肉醬 存 白芝麻1斤 存	香炒蘿蔔(炒) 去皮白蘿蔔(實重) 存 CAS肉絲 1.5 K 蝦皮 存 蔥 存 紅蘿蔔 存	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1.2 k	餛飩湯 桂冠雲吞(12入) 2 盒 鵝白菜 存 蔥 存 油蔥酥(1斤) 存
用餐人數 21					
用餐人數					

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

上午21人下午18

日期		餐別		品名		數量		單位		備註		成本及營養成份分析		
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心	生日蛋糕		午點心	港式蘿蔔糕					其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
		10吋生日蛋糕(水果布丁) 1 個			港式蘿蔔糕(1.2K) 2 條		台糖沙拉油(2.6L) 1 桶	全穀根莖	2	2				
							高級精鹽(1K) 1 包	油脂	2					
								蔬菜						
												乳品		
												水果	2	1
												豆魚蛋肉	0.5	
												熱量	386.5	200
												早點	午點	小計
												1500	465	1965
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計
1月2日星期五	早點心			午點心						其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖					
									油脂					
									蔬菜					
												乳品		
												水果		
												豆魚蛋肉		
												熱量		
												早點	午點	小計

新竹縣新港國小附設幼兒園 食 譜

上午21人下午18

1月5日 星期一	早點心	抓餅 手工蔥抓餅(10入) 2 包	午點心	馬來糕 桂冠馬拉糕(20入) 1 包	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	2	2
							油脂	0.5	
							蔬菜		
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉		
							熱量	162.5	200
							早點	午點	小計
							300	605	905
1月6日 星期二	早點心	香菇赤肉羹 溫體絞肉 0.6 K 切蒜 0.2 K 紅蘿蔔 0.2 K 白蘿蔔 1 k 洗選蛋 0.3 k 蔥油(500g) 存	午點心	黑輪甜不辣湯 黑輪條(K) 0.3 K 白甜條 0.3 K 白蘿蔔 0.6 K 紅蘿蔔 0.2 K	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖		
							油脂	0.5	0.5
							蔬菜	0.61	0.4
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉	1.05	0.54
							熱量	114.4	131.92
							早點	午點	小計
							339	382.5	721.5
1月7日 星期三	早點心	麻油雞麵線湯 白麵線 0.3 K 溫體去皮雞清肉丁 0.3 K 老薑 存 黑麻油(3K) 存 高麗菜 0.6 k	午點心	鮮奶脆片 玉米脆片(275g) 1 盒 鮮奶(936) 2 罐	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	0.57	0.94
							油脂	0.5	
							蔬菜	0.26	
							乳品		0.5
							水果		1
							豆魚蛋肉	0.48	
							熱量	103.94	201.8
							早點	午點	小計
							163.5	460	623.5
1月8日 星期四	早點心	雞絲麵 雞絲麵(5入) 存 洗選蛋 0.3 k 小白菜(6) 0.3 k 蔥 0.1 k	午點心	滷雞腿 雞腿5 19 隻	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	2	
							油脂	0.5	
							蔬菜	0.17	
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉	0.23	2
							熱量	183.54	206
							早點	午點	小計
							85.4	760	845.4
1月9日 星期五	早點心	玉米雞蓉粥 白米(銘) 0.5 存 溫體絞去皮雞清肉 0.3 K 玉米粒 0.3 K 蔥 0.1 K	午點心	奶黃包 大奶黃包(10入) 2 包	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	1.41	2
							油脂	0.5	
							蔬菜	0.04	
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉	0.48	1
							熱量	157.24	273
							早點	午點	小計
							207	300	507

新竹縣新港國小附設幼兒園 食 譜

上午21人下午18

1月12日 星期一	早點心	水餃 高麗菜水餃(90入) 1 包	午點心	紅棗枸杞排骨湯 CAS排骨丁 0.6 K 白蘿蔔 0.6 K 紅棗(1斤) 存 枸杞(1斤) 存	其他	成本及營養成份分析	六大類食物 全穀根莖 油脂 蔬菜 乳品 水果 豆魚蛋肉 熱量	早點心 2 0.5 0.5 1 0.5 211.5	午點心 1 0.57 131.61
餐人 21				水果 幼水果 19 份		早點 午點 小計 250 432 682			
1月13日 星期二	早點心	茄汁炒板條 切板條 1 k cas肉絲 0.3 k 高麗菜 0.3 k 紅蘿蔔 0.1 k 蔥 0.1 k 蕃茄醬(3K) 存	午點心	紅豆牛奶 鮮奶(936) 1 罐 紅豆(6) 存	其他	成本及營養成份分析	六大類食物 全穀根莖 油脂 蔬菜 乳品 水果 豆魚蛋肉 熱量	早點心 0.79 0.5 0.21 0.5 1.67 0.41 112.98	午點心 0.83 0.5 0.5 1.67 234.3
餐人 21				水果 幼水果 19 份		早點 午點 小計 221 425 646			
1月14日 星期三	早點心	黑糖小饅頭夾蛋 黑糖小饅頭(10入) 3 包 洗選蛋 1 k	午點心	燒賣 香菇燒賣(50入) 1 包	其他	成本及營養成份分析	六大類食物 全穀根莖 油脂 蔬菜 乳品 水果 豆魚蛋肉 熱量	早點心 2 0.5 0.5 1 0.78 219.44	午點心 2 0.5 0.5 1 0.5 271.5
餐人 21				水果 幼水果 存		早點 午點 小計 430 400 830			
1月15日 星期四	早點心	皮蛋瘦肉粥 白米(銘) 0.5 存 皮蛋(6) 4 個 CAS絞肉 0.3 K 蔥 0.1 K	午點心	玉米濃湯 玉米粒 0.6 K 洗選蛋 0.6 k 黃金康寶玉米濃湯 2 包	其他	成本及營養成份分析	六大類食物 全穀根莖 油脂 蔬菜 乳品 水果 豆魚蛋肉 熱量	早點心 1.19 0.5 0.04 1 0.67 155.71	午點心 0.51 0.5 0.55 1 158.35
餐人 21				水果 幼水果 19 份		早點 午點 小計 225 529 754			
1月16日 星期五	早點心	鮮蔬冬粉 冬粉 0.5 K CAS絞肉 0.3 k 高麗菜 0.3 k 蔥 0.1 k 紅蘿蔔 0.1 k	午點心	小籠包 小籠包(50入) 1 包	其他	成本及營養成份分析	六大類食物 全穀根莖 油脂 蔬菜 乳品 水果 豆魚蛋肉 熱量	早點心 1.19 0.5 0.21 1 0.41 140.98	午點心 2 0.5 0.5 1 1 273
餐人 21				水果 幼水果 存		早點 午點 小計 216 500 716			

新竹縣新港國小附設幼兒園 食 譜

上午21人下午18

1月19日 星期一	早點心	青蔬湯餃 水餃(60入) 1 包 蕃茄 0.3 K 大白菜 0.3 K	午點心	紅糖芋圓湯 地瓜(6) 0.6 K 芋圓(1斤) 1 包 紅糖(450g) 1 包	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	2	1.22
							油脂	0.5	
							蔬菜	0.77	
							乳品		
							水果		1.67
							豆魚蛋肉	0.5	
							熱量	218.25	185.6
							早點心	午點心	小計
							261.4	484	745.4
1月20日 星期二	早點心	小肉包 鮮肉包30入 1 包	午點心	關東煮 白蘿蔔 0.6 k 紅蘿蔔 0.2 k 玉米結(切1公分) 0.6 k 大四角油豆腐 0.6 k 柴魚片(1斤) 存	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	2	0.2
							油脂		0.5
							蔬菜		0.4
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉	1	0.82
							熱量	213	166.36
							早點心	午點心	小計
							300	459	759
1月21日 星期三	早點心	金瓜瘦肉粥 白米(銘) 0.5 存 南瓜 存 高麗菜 0.3 k CAS絞肉 0.3 K	午點心	銅鑼燒 銅鑼燒 19 個	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	1.19	2
							油脂	0.5	
							蔬菜	0.13	
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉	0.41	
							熱量	138.98	200
							早點心	午點心	小計
							143.5	304	447.5
1月22日 星期四	早點心	香鬆飯 白米(銘) 0.8 存 洗選蛋 0.6 K 玉米粒 0.3 K 味島香鬆45g(海苔) 存 蔥 0.1 K	午點心	茶碗蒸 洗選蛋 1 k 魚板 0.2 k 生香菇 0.2 K 柴魚片(1斤) 存	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	2.12	
							油脂	0.5	0.5
							蔬菜	0.04	0.11
							乳品		
							水果		1
							豆魚蛋肉	0.47	1.2
							熱量	206.21	172.85
							早點心	午點心	小計
							186	515	701
1月23日 星期五	早點心	黃金卷 黃金捲(40g30入) 1 包	午點心	雞蛋布丁 統一布丁(3入)不拆 7 盒	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心
餐人 21							全穀根莖	2	
							油脂		
							蔬菜		
							乳品		
							水果		1.67
							豆魚蛋肉		1
							熱量	140	173.2
							早點心	午點心	小計
							240	252	492

上午21人下午18

[illegible]