

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)	蔴鬚枸杞雞湯	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)	沙茶鮪魚丁(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						
21						
1 月 2 日 星 期 五	環 保 餐 一 糙 米 飯	青蔬豆皮燙(燒) 炸豆包 紅蘿蔔切絲 大白菜 CAS肉片	鮮姑蒸蛋(蒸) 洗選蛋 生香菇	有機蔬菜(炒) 有機蔬菜(農會) 1 K 0.3 K	黑糖薑汁芋頭地瓜圓 去皮芋頭(實重) 地瓜圓(1斤) 老薑 紅糖(450g)	存 存 存 1.5 K 0.6 K

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

		麻油雞(燒)	黑椒毛豆莢(煮) 有機蔬菜(炒)	白菜蛋花湯			
1 月 5 日 星 期 一	糙 米 飯 (有 機 白 米)	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	CAS毛豆莢(1K) 1 包 切蒜 存 黑胡椒粒(1斤) 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k 切蒜 0.2 K 老薑 0.3 K	大白菜 CAS肉絲 洗選蛋 蔥 紅蘿蔔	存 存 1 K 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	蔴鬚枸杞雞湯 人蔴鬚(兩) CAS骨腿丁 老薑 枸杞(1斤) 紅棗(1斤)	存 存 存 存 存	
用餐人數 21							
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	蔥燴豬棒(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 去皮洋蔥(毛重) CAS肉片 0.3 K 高麗菜 0.6 k 木耳	存 存 存 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) CAS排骨丁 1 K 紅蘿蔔	存 1 K 存	
用餐人數 21							
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) 紅豆(1K)(前一天送)	存 存	

新港國小附幼1.2月份幼兒午餐食譜設計

		咖哩雞(燒)	銀芽肉絲(炒)	有機蔬菜(炒)	味噌湯		
1 月 12 日 星 期 一	糙 米 飯 (有 機 白 米)	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	豆芽菜 1 k CAS肉絲 0.6 k 紅蘿蔔切絲 存 韭菜 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	細味噌(1K) 豆腐切丁(4.5k) 濕海芽蔥 0.3 K	存 存 存	
1 月 13 日 星 期 二	糙 米 飯 (有 機 白 米)	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	茄子 1.5 k CAS肉絲 1.5 k 蔥 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	山藥 0.3 K CAS骨腿丁 存 枸杞(1斤) 存 去皮洋芋(實重) 0.3 K	存 存 存	
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 維力醃醬 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) 細豆腐1.2K 洗選蛋 0.3 K 木耳 紅蘿蔔切絲 香純烏醋	存 存 存 存 存 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	金針菇 0.6 K 洗選蛋 0.3 k 蔥 紅蘿蔔	存 存	
1 月 16 日 星 期 五	環 保 餐 (糙 米 飯)	什錦燙(燒) 大黑豆干(1切9) 2 K CAS肉片 存 芋裸籤(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) 綠豆(前一天送) 水晶條(1斤) 熟硬花生(1斤)	存 存 存 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)	爆炒洋芹(炒)	有機蔬菜(炒)	山藥杏鮑菇湯		
		溫體去皮雞清肉薄片 去皮洋芋(實重)	0.6 K 1 k	西芹 CAS培根 木耳 紅蘿蔔切絲	1.5 K 0.3 K 存 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	山藥 CAS排骨丁 杏鮑菇C
1 月 20 日 星 期 二	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		
		CAS肉片 去皮洋蔥(毛重) 紅蘿蔔切絲 白芝麻1斤 味霖	1 K 1 K 存 存 存	大白菜 CAS肉絲 金針菇 紅蘿蔔 大蝦米	2 K 存 存 存 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	去皮大頭菜(實重) cas排骨丁 紅蘿蔔
1 月 21 日 星 期 三	特 餐	家常炒板條(炒)	檸檬雞翅(蒸)	有機蔬菜(炒)	玉米濃湯		
		切板條 CAS肉絲 紅蘿蔔切絲 豆芽菜 韭菜	2 k 0.6 k 存 存 存	CAS檸檬烤翅(25入)	1 包	有機蔬菜(農會) 1.2 k	玉米粒 去皮洋蔥(毛重) 紅蘿蔔小丁 洗選蛋 cas火腿丁(1K) 濃湯粉
1 月 22 日 星 期 四	糙 米 飯	客家小炒(炒)	螞蟻上樹(炒)	有機蔬菜(炒)	芥菜雞湯		
		魷魚條(2K) CAS肉絲 豆干片 西芹 蔥	存 1 K 0.6 K 存 存	冬粉 CAS絞肉 高麗菜 蔥 紅蘿蔔	存 0.3 K 1.5 K 存 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	大芥菜 CAS雞胸丁 老薑
1 月 23 日 星 期 五	環 保 餐 (糙 米 飯)	姑燒豆腐(燒)	蔥花蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	珍珠豆漿		
		豆腐切丁(4.5K) 袖珍菇 生香菇 木耳	存 0.6 K 0.6 K 0.3 K	洗選蛋 蔥	1.5 k 存	有機蔬菜(農會) 1.2 k	黃豆(3K)(前一天送) 小黑珍珠粉圓(1斤)
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)	滷味海結(滷)	有機蔬菜(炒)	酸菜肉片湯	
溫體去皮雞清肉丁 玉米粒 洋芋 紅蘿蔔 黑胡椒粒(1斤)	1 K 存 1 K 存 存 存	海帶結 CAS肉丁 紅蘿蔔	0.5 1 K 存	有機蔬菜(農會)	1.2 k	酸菜葉切 cas肉片	0.6 K 0.3 k
				切蒜 老薑	0.2 K 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)	豆干肉末雪菜(炒)	有機蔬菜(炒)	玉米蛋花湯	
旗魚丁 去皮洋蔥(實重)6 木耳 紅蘿蔔 蔥	存 1.5 k 存 存 存	雪裡紅(切) 碎豆干丁 CAS絞肉	1.2 k 0.6 K 存	有機蔬菜(農會)	1.2 k	洗選蛋 玉米粒 蔥	1 k 存 存
用餐人數	21						
2月25日星期三		特餐	明日養生粥(煮)	香滷翅膀(二隻)(滷)	有機蔬菜(炒)	鍋貼(蒸)	
紅蘿蔔小丁 CAS絞肉 蔥油(500g) 蔥 枸杞(1斤) 大薏仁(前一天送) 雪蓮子(前一天送)	存 0.6 K 存 存 存 存 存	CAS翅小腿(隻) 滷包(10小包)	存 存	有機蔬菜(農會)	1.2 k	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)	香炒蘿蔔(炒)	有機蔬菜(炒)	餛飩湯	
溫體里肌肉片10 烤肉醬 白芝麻1斤	存 存 存	去皮白蘿蔔(實重) CAS肉絲 蝦皮 蔥 紅蘿蔔	存 1.5 K 存 存 存	有機蔬菜(農會)	1.2 k	桂冠雲吞(12入) 鵝白菜 蔥 油蔥酥(1斤)	2 盒 存 存 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

人數	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		
餐人	早點心		午點心		其他	成本及營養成份分析	油脂		
							蔬菜		
餐人	早點心		午點心		其他	成本及營養成份分析	乳品		
							水果		
餐人	早點心		午點心		其他	成本及營養成份分析	豆魚蛋肉		
							熱量		
餐人	早點心		午點心		其他	成本及營養成份分析	早點	午點	小計
1月2日星期五餐人21	生日蛋糕	10吋生日蛋糕(水果布丁) 1 個		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
							全穀根莖	2	2
			午點心	港式蘿蔔糕(1.2K) 2 條	水果	成本及營養成份分析	油脂	2	
							蔬菜		
				高級精鹽(1K) 1 包	乳品	成本及營養成份分析	乳品		
							水果	2	1
				台糖沙拉油(2.6L) 1 桶	豆魚蛋肉	成本及營養成份分析	豆魚蛋肉	0.5	
							熱量	386.5	200
				幼水果 存	早點	成本及營養成份分析	早點	午點	小計
							1500	465	1965

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 餐 人 21	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
									全穀根莖	2	2
1 月 6 日 星 期 二 餐 人 21	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
									全穀根莖		
1 月 7 日 星 期 三 餐 人 21	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
									全穀根莖	0.57	0.94
1 月 8 日 星 期 四 餐 人 21	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
									全穀根莖	2	
1 月 9 日 星 期 五 餐 人 21	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
									全穀根莖	1.41	2

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 餐人 21	1月 12日 星期一 餐人 21	1月 13日 星期二 餐人 21	1月 14日 星期三 餐人 21	1月 15日 星期四 餐人 21	1月 16日 星期五 餐人 21	水餃	紅棗枸杞排骨湯	其他	六大類食物	早點心	午點心
						午點心	CAS排骨丁 0.6 K 白蘿蔔 0.6 K 紅棗(1斤) 存 枸杞(1斤) 存	水果 幼水果 19 份	全穀根莖	2	
1月 12日 星期一 餐人 21	1月 13日 星期二 餐人 21	1月 14日 星期三 餐人 21	1月 15日 星期四 餐人 21	1月 16日 星期五 餐人 21		茄汁炒板條	紅豆牛奶	其他	六大類食物	早點心	午點心
						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	鮮奶(936) 1 罐 紅豆(6) 存	水果 幼水果 19 份	全穀根莖	0.79	0.83
1月 12日 星期一 餐人 21	1月 13日 星期二 餐人 21	1月 14日 星期三 餐人 21	1月 15日 星期四 餐人 21	1月 16日 星期五 餐人 21		黑糖小饅頭夾蛋	燒賣	其他	六大類食物	早點心	午點心
						黑糖小饅頭(10入) 3 包 洗選蛋 1 k	香菇燒賣(50入) 1 包	水果 幼水果 存	全穀根莖	2	2
1月 12日 星期一 餐人 21	1月 13日 星期二 餐人 21	1月 14日 星期三 餐人 21	1月 15日 星期四 餐人 21	1月 16日 星期五 餐人 21		皮蛋瘦肉粥	玉米濃湯	其他	六大類食物	早點心	午點心
						白米(銘) 0.5 存 皮蛋(6) 4 個 CAS絞肉 0.3 K 蔥 0.1 K	玉米粒 0.6 K 洗選蛋 0.6 k 黃金康寶玉米濃湯 2 包	水果 幼水果 19 份	全穀根莖	1.19	0.51
1月 12日 星期一 餐人 21	1月 13日 星期二 餐人 21	1月 14日 星期三 餐人 21	1月 15日 星期四 餐人 21	1月 16日 星期五 餐人 21		鮮蔬冬粉	小籠包	其他	六大類食物	早點心	午點心
						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	小籠包(50入) 1 包	水果 幼水果 存	全穀根莖	1.19	2

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 餐 人 21	早 點 心	青蔬湯餃		紅糖芋圓湯	其他	成本及營養成份分析	六大類食物	早點心	午點心	
		水餃(60入)	1 包				全穀根莖	2	1.22	
1 月 20 日 星 期 二 餐 人 21	早 點 心	鮮肉包	白蘿蔔 紅蘿蔔 玉米結(切1公分) 大四角油豆腐 柴魚片(1斤)	關東煮	其他		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	午點	小計	
							261.4	484	745.4	
							300	459	759	
							六	大類食物	早點心	
1 月 21 日 星 期 三 餐 人 21	早 點 心	金瓜瘦肉粥	白米(銘) 南瓜 高麗菜 CAS絞肉	銅鑼燒	其他		全	穀根莖	午點心	
							1.19	2		
							油	脂		
							0.5			
							蔬	菜	0.4	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	1	
							213		166.36	
							早點	午點	小計	
1 月 22 日 星 期 四 餐 人 21	早 點 心	香鬆飯	白米(銘) 洗選蛋 玉米粒 味島香鬆45g(海苔) 蔥	茶碗蒸	其他		300	459	759	
							六	大類食物	早點心	
							全	穀根莖	午點心	
							1.19	2		
							油	脂		
							0.5			
							蔬	菜	0.13	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	0.41	
1 月 23 日 星 期 五 餐 人 21	早 點 心	黃金卷	黃金捲(40g30入)	雞蛋布丁	其他		138.98	200		
							六	大類食物	早點心	
							全	穀根莖	午點心	
							2.12			
							油	脂	0.5	
							0.5			
							蔬	菜	0.04	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	0.47	
1 月 24 日 星 期 六 餐 人 21	早 點 心	蛋餅	白米(銘) 洗選蛋 玉米粒 味島香鬆45g(海苔) 蔥	茶碗蒸	其他		206.21	172.85		
							六	大類食物	早點心	
							全	穀根莖	午點心	
							2.12			
							油	脂	0.5	
							0.5			
							蔬	菜	0.04	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	0.47	
1 月 25 日 星 期 日 餐 人 21	早 點 心	蛋餅	白米(銘) 洗選蛋 玉米粒 味島香鬆45g(海苔) 蔥	茶碗蒸	其他		143.5	304	447.5	
							六	大類食物	早點心	
							全	穀根莖	午點心	
							1.19	2		
							油	脂		
							0.5			
							蔬	菜	0.13	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	0.41	
1 月 26 日 星 期 一 餐 人 21	早 點 心	蛋餅	白米(銘) 洗選蛋 玉米粒 味島香鬆45g(海苔) 蔥	茶碗蒸	其他		186	515	701	
							六	大類食物	早點心	
							全	穀根莖	午點心	
							2.12			
							油	脂	0.5	
							0.5			
							蔬	菜	0.04	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	0.47	
1 月 27 日 星 期 二 餐 人 21	早 點 心	蛋餅	白米(銘) 洗選蛋 玉米粒 味島香鬆45g(海苔) 蔥	茶碗蒸	其他		186	515	701	
							六	大類食物	早點心	
							全	穀根莖	午點心	
							2.12			
							油	脂	0.5	
							0.5			
							蔬	菜	0.04	
							乳	品		
							水	果	1	
							豆	魚蛋肉	0.47	

新竹縣新港國小附設幼兒園 食譜

上午21人下午18

2月 23日 星期一 餐人 21	早點心	肉包	鮮肉包30入 1包	午點心	桂圓糯米粥	圓糯米 存 桂圓肉(1斤) 存 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
									全穀根莖	2	2.78
2月 24日 星期二 餐人 21	早點心	炒米苔目	米台目(鹹) 1 k CAS肉絲 0.3 K 紅蘿蔔 0.2 k 韭菜 0.1 K 高麗菜 0.3 k	午點心	味噌豆腐湯	細味噌(1K) 1 包 細豆腐1.2k 1 盒 濕海芽 0.2 K	其他	成本及營養成份分析	油脂		
									蔬菜		
2月 25日 星期三 餐人 21	早點心	芋頭糕	芋頭糕(3k) 1 條	午點心	玉米蒸蛋	洗選蛋 1.2 k 玉米粒 0.2 k	其他	成本及營養成份分析	乳品		
									水果		
2月 26日 星期四 餐人 21	早點心	香菇雞肉粥	白米(銘) 0.5 存 溫體去皮雞清肉絲 0.3 k 生香菇 0.2 k 高麗菜 0.3 k 紅蘿蔔 0.1 k	午點心	條紋饅頭	條紋小饅頭(12入) 2 包	其他	成本及營養成份分析	豆魚蛋肉		
									熱量	147.59	200
早點心				午點心			其他	成本及營養成份分析	早點	午點	小計
									210	425	635
餐人							存		六大類食物	早點心	午點心
									全穀根莖		