

台南市白河區玉豐、大竹、竹門、內角附設幼兒園 2026年1月第3週午餐菜單

	1月19日					1月20日					1月21日					1月22日					1月23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	菜名	食材	規格	數量	單位																											
主 食	白米飯	白米			52	kg	糙米飯	白米 糙米			49 3	kg kg	漢堡	漢堡-切1刀			655	份	白米飯	白米			52	kg	糙米飯	白米 糙米			49 3	kg kg																						
		羅勒青醬1KG			3	包		滷雞腿	新鮮雞腿D6			655		支	魚排堡	日式鮮魚排75G				655	份	紅燒排骨	排骨肉			48	kg	咖哩雞	光雞丁			54	kg																			
主 菜	青醬魚柳	新鮮無刺虱目魚柳-章Q			55	kg	滷雞腿		薑片			0.5	kg	魚排堡							紅燒排骨		CAS紅蘿蔔丁			3	kg		咖哩雞	馬鈴薯			中丁	22	kg																	
		洋蔥			絲	5			kg	滷雞腿	蔥					0.6	kg	魚排堡	小包番茄醬				655	份	紅燒排骨	薑母片				0.6	kg	咖哩雞	紅蘿蔔			中丁	6	kg														
		蒜末			0.5	kg			滷雞腿		滷包					10	包		魚排堡							紅燒排骨	白蘿蔔			中丁	15		kg	咖哩雞	咖哩粉				2	包												
		洋菇片罐頭			2.8KG	3					桶	滷雞腿								魚排堡											紅燒排骨		蔥			切段	1	kg	咖哩雞	洋蔥			中丁	8	kg							
											滷雞腿												魚排堡										紅燒排骨		蕃茄醬					1	桶	咖哩雞	*注意不要太鹹									
					滷雞腿											魚排堡											紅燒排骨		醬油.糖								咖哩雞															
副 菜	豆薯炒蛋	紅蘿蔔				絲	5	kg		玉米炒蛋			CAS玉米粒				24	kg			魚排堡								豆瓣豆腐	板豆腐					8	板		滷蛋		CAS滷蛋			655	粒								
		豆薯				絲	12	kg	玉米炒蛋				CAS雞蛋				36	kg	豆瓣豆腐									豆瓣豆腐		CAS瘦粗絞肉				6	kg	滷蛋																
		雞蛋					38	kg				玉米炒蛋	蔥				切珠	0.5		kg		豆瓣豆腐		玉米粒CAS						4	kg	滷蛋																				
								玉米炒蛋									豆瓣豆腐								滷蛋	蒜末				0.3	kg		滷蛋																			
							玉米炒蛋									豆瓣豆腐										滷蛋	薑末			0.2	kg			滷蛋																		
					玉米炒蛋								豆瓣豆腐								滷蛋		辣豆瓣醬							滷蛋																						
蔬 菜	炒清江菜	有機青江菜				段			64	kg	炒奶油白菜			有機奶油白菜				段	63	kg			魚排堡						鐵板銀芽		有機豆芽菜				42	kg	炒刺瓜	刺瓜			片	58	kg									
		蒜末							0.5	kg		炒奶油白菜								鐵板銀芽		洋蔥					片	6			kg	炒刺瓜			紅蘿蔔			片	3	kg												
									炒奶油白菜	蒜末					0.5		kg	鐵板銀芽	蒜末					1	kg		炒刺瓜	蒜末					0.5		kg																	
								炒奶油白菜								鐵板銀芽	無鹽奶油454G							2	塊	炒刺瓜																										
							炒奶油白菜								鐵板銀芽		蔥				切段	2		kg	炒刺瓜																											
										炒奶油白菜											鐵板銀芽	黑胡椒粒									炒刺瓜																					
													炒奶油白菜									鐵板銀芽											炒刺瓜																			
湯	紫菜蛋花湯	韓國紫菜				1					包			蘿蔔黑輪湯			白蘿蔔						中丁	15				kg	羅宋雞湯	光雞丁					15	kg	玉米蛋花湯	CAS玉米粒			10	kg	貢丸湯	榨菜心絲				8	kg			
		洗選蛋cas				10					kg	蘿蔔黑輪湯					CAS紅蘿蔔丁						5	kg				羅宋雞湯		番茄				中丁	10	kg		玉米蛋花湯	洗選蛋cas			10		kg	貢丸湯	冬菜				0.3	kg	
		蔥			切珠	0.5			kg		蘿蔔黑輪湯						薑絲						0.3	kg			羅宋雞湯			洋蔥				中丁	8	kg			玉米蛋花湯								貢丸湯	有機小白菜			段	12
								蘿蔔黑輪湯	CAS小黑輪條							切	6	kg	羅宋雞湯	芹菜-去葉			段	2		kg				玉米蛋花湯		蔥			切珠	0.6				kg	貢丸湯	CAS小貢丸						9	kg			
							蘿蔔黑輪湯										羅宋雞湯	玉米段					手切2公分段	8	kg	玉米蛋花湯														貢丸湯												
									蘿蔔黑輪湯									羅宋雞湯		高麗菜			片	12	kg						玉米蛋花湯											貢丸湯										
										蘿蔔黑輪湯											羅宋雞湯	鳥蛋-章Q										6	kg	玉米蛋花湯														貢丸湯				
附 餐																																																				
	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								
營 養 分 分 析	4.00			3.40	1.20	4.70					2.80	1.30	4.90			2.80				0.50		4.20			2.90		1.00	4.30				3.20	1.30		4.30			3.20	1.30													
	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																	
	0			2.50	677.50	0					2.40	679.50	1			3.00	760.50		0			2.50	649.00	0			2.40	681.50	0			2.40	681.50																			
	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																				
						休業式																																														

※經營養師審核：☐通過☐不通過(原因：)

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