

S016 彰化縣線西鄉線西國小 113學年度第二學期第11週食譜設計

菜單組成 材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析		
4月21日星期一	白米飯	傳家肉燥 豬絞肉(絞肉*米迪)M 45 Kg 碎瓜 6 Kg 油蔥酥(600g) 1 包 青蔥 0.6 Kg 蒜末 0.5 Kg	椒鹽甜不辣 甜不辣(切絲)阿豐部Q 48 Kg 沙拉油(18L*桶) 1 桶 香辣椒鹽粉(600g*小磨坊) 1 盒	柴魚蒸蛋 雞蛋(kg)G 40 Kg 柴魚片(600g/包) 1 包	炒有機油江菜 有機油江菜(切段*歐哥) 55 Kg 蒜末 0.4 Kg	味噌豆腐湯 薄豆腐(小丁4.2K)L 7 盤 味噌(3K*盒) 2 盒 青蔥(珠) 0.3 Kg		醣類： 79 g 脂肪： 32 g 蛋白質： 38.1 g 熱量： 756.4大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.0 3.9 0.8 2.5 0.0 0.0
餐數636										
4月22日星期二	燕麥飯	香滷棒棒腿 罐小腿(支*CAS)麗陸騰 1272 支 罐小腿(支*CAS)麗陸騰備 50 支	什錦桂筍燒 桂竹筍(切段) 39 Kg 煎腿肉絲*米迪M 6 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 木耳絲 1.2 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg 蒜仁 0.3 Kg	滷蛋 滷蛋(粒) 636 個 滷蛋(粒*備品) 25 粒	彩繪高麗菜 高麗菜(切片) 55 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 蒜仁 0.5 Kg	冬瓜薑絲湯 冬瓜(中丁) 27 Kg 小排骨*米迪M 6 Kg 薑絲 0.4 Kg		醣類： 90.5 g 脂肪： 33 g 蛋白質： 41.4 g 熱量： 824.6大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.4 4.1 1.9 2.5 0.0 0.0
餐數636										
4月23日星期三	白米飯	酸菜肉片 煎腿肉片*米迪M 30 Kg 酸菜絲(醃) 12 Kg 薑絲 1 Kg	刈包 鮮奶刈包(45g/南山) 636 個 花生糖粉(300g*包) 33 包 鮮奶刈包(45g/南山)備 20 個	滷海帶片 海帶片 636 片 海帶片(備) 25 片 滷包 5.01 個	開陽白菜 大白菜(切片) 55 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 木耳絲 1.5 Kg 蒜末 0.4 Kg 蝦米(冬蝦) 0.2 Kg	古早味鹹粥 玉米粒(Q) 18 Kg 高麗菜(粗絲) 12 Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 12 Kg 雞蛋(kg)G 12 Kg 毛豆仁 3 Kg 油蔥酥(600g) 1 包 芹菜(珠) 1 Kg		醣類： 117.5 g 脂肪： 22 g 蛋白質： 29.5 g 熱量： 786大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	7.3 1.9 1.6 2.5 0.0 0.0
餐數636										
4月24日星期四	紫米飯	紅燒魚丁 鯊魚(切丁*CAS) 100 Kg 洋蔥(中丁) 10 Kg 青蔥(切段) 0.3 Kg 薑絲 0.3 Kg	蕃茄炒蛋 雞蛋(kg)G 36 Kg 牛蕃茄(大丁) 15 Kg 蕃茄醬(3K*罐)可果敢(標) 1 罐 青蔥(珠) 0.6 Kg	麥克雞塊 麥克雞塊(個) 1272 個 麥克雞塊(個)備品 49.98 個 沙拉油(18L*桶) 1 桶	韭香銀芽 豆芽菜 42 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2 Kg 韭菜(切段) 1 Kg 蒜末 0.5 Kg	冷露珍珠 冬瓜糖塊 10 個 二砂糖(1Kg*包) 6 包 粉圓(3K*包) 5 包		醣類： 101.5 g 脂肪： 35 g 蛋白質： 45.4 g 熱量： 902.6大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	6.4 4.5 1.1 2.5 0.0 0.0
餐數636										
4月25日星期五	白米飯	極品當歸鴨 鴨丁(Q) 48 Kg 高麗菜(切片) 18 Kg 凍豆腐(kg*榮)L 15 Kg 當歸藥膳包 5 包 金針菇 3 Kg 胡蘿蔔(大丁) 3 Kg 薑片 0.4 Kg	旗津黑輪片 大黑輪片(如記CAS) 635.99 片 大黑輪片(如記CAS)備品 25 片 滷包 2.99 個	培根高麗菜 高麗菜(切片) 47 Kg 碎培根(津谷*CAS) 6 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 木耳絲 1.5 Kg 蒜仁 0.3 Kg	炒青江菜 履歷青江菜(切段) 55 Kg 蒜末 0.4 Kg	虱目魚丸湯 小虱目魚丸(Q) 15 Kg 芹菜(珠) 0.6 Kg		醣類： 84 g 脂肪： 27 g 蛋白質： 32.1 g 熱量： 707.4大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.0 2.9 1.8 2.5 0.0 0.0
餐數636										

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2025/4/15

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

※本產品含有易引起過敏之食物，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製不適合對其果敏體質者食用。

營養師：

午餐執秘：

校長：