S016 彰化縣線西鄉線西國小 113學年度第二學期第21週食譜設計

菜單組成(單位：g) 及 材料用量 E

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
6月30日星期一 餐數 508	白米飯	傳家肉燥 粗絞肉*貴美M 70.87 36 Kg 碎瓜(3K*包) 17.72 3 包 油蔥酥(600g) 1.18 1 包 青蔥(珠) 0.79 0.4 Kg 蒜末 0.59 0.3 Kg	黃金千貝酥 干貝酥 30 508 個 干貝酥(備) 1.48 24.99 個 耐炸油(18L) 35.43 1 桶	日式關東煮 小甜不辣餃(阿豐師Q) 23.62 12 Kg 小四角油豆腐了(Kg*箱)K 19.69 10 Kg 小貢丸(嘉楠) 17.72 9 Kg 冷凍玉米塊(CAS) 17.72 9 Kg 生香菇(切) 7.87 4 Kg 柴魚片(300g/包) 0.59 1 包	有機黑葉白菜 有機黑葉白菜(切段)欣哥 84.65 43 Kg 薑絲 0.59 0.3 Kg	海芽味噌湯 味噌(3K*盒) 5.91 1 盒 乾海芽 0.79 0.4 Kg 青蔥(珠) 0.59 0.3 Kg 薑絲 0.39 0.2 Kg		全穀根莖類： 5.2份 低脂乳品類： 0.0份 豆魚肉蛋類： 2.8份 蔬菜類： 1.1份 水果類： 0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量： 885大卡
								全穀根莖類： 低脂乳品類： 豆魚肉蛋類： 蔬菜類： 水果類： 油脂與堅果種子 熱量：
								全穀根莖類： 低脂乳品類： 豆魚肉蛋類： 蔬菜類： 水果類： 油脂與堅果種子 熱量：
								全穀根莖類： 低脂乳品類： 豆魚肉蛋類： 蔬菜類： 水果類： 油脂與堅果種子 熱量：
								全穀根莖類： 低脂乳品類： 豆魚肉蛋類： 蔬菜類： 水果類： 油脂與堅果種子 熱量：

蛋白質	脂肪	醣類
37.8 g	44.4 g	82.8 g

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※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品，不適合對其果敏體質者食用。

食譜設計： 午餐秘書： 校長：