

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-素

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			
6月30日星期一	白米飯	咖哩什錦	玉米奶酥	日式關東煮	炒小白菜	海芽味噌湯		醣類：	全穀雜糧類	5.9	
		白精靈菇 1.2 Kg	玉米奶酥 25 個	芋蕨標(1K*包)丸林 1 包	薑絲 0.1 Kg	乾海芽 Kg		95 g	豆魚蛋肉類	0.8	
		百頁豆腐(12丁*第)L 1.2 Kg		杏鮑菇(頭切塊) 0.5 Kg	履歷小白菜(切段) Kg	薑絲 Kg		脂肪：	蔬菜類	1.3	
		杏鮑菇(頭切塊) 1.2 Kg		小四角油豆腐丁(Kg*第)L Kg		味噌(3K*盒) 盒		16.5 g	油脂類	2.5	
		素咖哩塊(125g*盒)N 1.2 盒		生香菇(切) Kg					蛋白質：	水果類	0.0
		馬鈴薯(中丁) 1.2 Kg		冷凍玉米塊(CAS) Kg					18.7 g	乳品類	0.0
	胡蘿蔔(中丁) 0.48 Kg										
餐數	25	毛豆仁 0.36 Kg					熱量：	603.3大卡			
月日星期二								醣類：	全穀雜糧類	2.5	
								#VALUE!	豆魚蛋肉類		
月日星期三								脂肪：	蔬菜類	2.5	
								#VALUE!	油脂類		
月日星期四								蛋白質：	水果類	2.5	
								#VALUE!	乳品類		
月日星期五								熱量：		2.5	
								#VALUE!			

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2025/6/18

※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：