

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第3週午餐菜單

材料用量

9車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
9月15日 星期一	白米飯 燕麥先送(9K)	醬燒肉片	玉米三色	鮪魚聰明蛋	炒高麗菜	仙草蜜		熱量： 906大卡 醣類： 113.1 g 脂肪： 34.9 g 蛋白質： 33.9 g
		肉片香里 54 公斤 洋蔥(切絲) 15 公斤 冷凍蔥花 1 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	玉米粒(QR-K) 22 公斤 毛豆仁(冷凍) 7 公斤 絞肉香里 6 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤	蛋. 36 公斤 洋蔥(切絲) 18 公斤 鮪魚罐大(1880g) 2 罐 蔥花 1 公斤	高麗菜(切實重) 50 公斤 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	二砂台糖(1K/包) 15 包 仙草蜜(5K/桶) 12 桶		
餐數	640	全穀雜糧類:5.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.0份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
9月16日 星期二	燕麥飯	醬燒雞	什錦貓耳朵	冰心地瓜	炒履歷油菜	酸辣湯		熱量： 815大卡 醣類： 109.7 g 脂肪： 22.6 g 蛋白質： 40.7 g
		上雞胸丁(QR) 65 公斤 冷凍蔥花 1 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K) 1 包 九層塔 0.3 公斤	高麗菜(切實重) 20 公斤 彩色麵疙瘩 16 公斤 肉絲香里 6 公斤 洋蔥(切絲) 3 公斤 木耳(切絲) 1 公斤	冰心地瓜(TAPK) 13 包	履歷油菜(切實重) 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	肉絲香里 6 公斤 蛋. 6 公斤 豆腐(非基改切中丁) 4 板 金針菇(QR) 3 公斤 木耳(切絲) 1.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 烏醋(5L) 1 桶		
餐數	640	全穀雜糧類:6.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.0份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
9月17日 星期三	白米飯	沙茶豬柳燴飯	滷雞蛋	金絲捲	炒履歷空心菜(增飯用)	和風味噌湯	履歷豆奶(獎勵金) 43(10)	熱量： 773大卡 醣類： 90.6 g 脂肪： 26.2 g 蛋白質： 44.3 g
		豬柳香里 30 公斤 洋蔥(切絲) 12 公斤 紅蘿蔔(切絲) 5 公斤 冷凍蔥花 1 公斤 沙茶醬牛頭牌(3K) 1 罐 碎蒜(0.6K/包) 1 包	滷雞蛋(國產:台灣) 643 個 滷雞蛋(國產:台灣) 30 個	金絲捲(大贏家40G) 643 個 金絲捲(大贏家40G) 30 個	履歷空心菜(切實重) 32 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	洋蔥(切小丁) 6 公斤 味噌十全(3K/盒) 2 盒 海帶芽(乾) 0.7 公斤		
餐數	640	全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.1份 蔬菜類:0.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份						
9月18日 星期四	白米飯 紫米先送(9K)	香酥旗魚排	田園咖哩	乾鍋香片	炒履歷青江菜	榨菜肉絲湯		熱量： 1179大卡 醣類： 97.8 g 脂肪： 74.2 g 蛋白質： 34.1 g
		旗魚排(QR)(安) 621 片 旗魚排(QR)(安)備品 30 片 沙拉油(18L) 2 桶	洋芋(切中丁) 30 公斤 三色豆(CAS-1K) 9 公斤 洋蔥(切中丁) 9 公斤 絞肉香里 9 公斤 咖哩粉小磨坊(600g) 1 盒	高麗菜(切實重) 24 公斤 豆干片(榮洲) 20 公斤 洋蔥(切絲) 6 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 絞肉香里 3 公斤	履歷青江菜(切實重) 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	榨菜絲 10 公斤 肉絲香里 4 公斤		
餐數	640	全穀雜糧類:5.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.7份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
9月19日 星期五	紫米飯(9K)	滷雞翅	壽喜燒凍豆腐	洋蔥炒蛋	炒有機蚵白菜	菜頭排骨湯		熱量： 709大卡 醣類： 72.2 g 脂肪： 31.0 g 蛋白質： 34.0 g
		雞翅(W7) 621 支 雞翅(W7)(備品) 30 支 滷包(30g-小包) 6 包 冷凍蔥花 1 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K/包) 1 包	大白菜(切實重) 30 公斤 凍豆腐(中丁)非基改 20 公斤 肉絲香里 6 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 木耳(切絲) 1 公斤	蛋. 32 公斤 洋蔥(切絲) 22 公斤	有機蚵白菜(切實重) 50 公斤	菜頭(切中丁) 25 公斤 小排骨(肉)香里 6 公斤		
餐數	640	全穀雜糧類:4.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.4份						

豬肉來源:台灣(豬肉可食部位原料原產地皆為台灣)

承富實業股份有限公司 電話:04-8831965 傳真:04-8832612

2025/9/10 13:04

營養師:

午餐秘書:

校長:

依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物,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。菜單如有使用上述食材,對菜單上述食材過敏者請注意。