

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第5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29日星期一	教師節補假							熱量：0大卡 醣類：0.0 g 脂肪：0.0 g 蛋白質：0.0 g
餐數 640		全穀雜糧類:0.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.0份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份						
9月30日星期二	白米飯(燕麥先送6K)	蒜泥白肉 48 公斤 洋蔥(切絲) 10 公斤 蒜泥(0.6K/包) 2 包 碎蒜(0.6K/包) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	四角油豆腐(大)pc 643 個 四角油豆腐(大)商品 30 個	大白菜(切實重) 31 公斤 年粒(條狀小)(約0.5K) 18 包 白精靈菇(QR) 5 公斤 金針菇(QR) 5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 愛心屋泡菜(3K) 2 包	履歷青江菜(切實重) 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	玉米蛋花湯 10 公斤 蛋. 9 公斤 冷凍蔥花 0.5 公斤		熱量：650大卡 醣類：87.4 g 脂肪：19.8 g 蛋白質：33.3 g
餐數 640		全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
10月1日星期三	燕麥飯	香蔥油雞丁 63 公斤 骨髓丁(CAS) 63 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包 碎蒜(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	絲瓜針菇 52 公斤 金針菇(QR) 6 公斤 枸杞(600g/包) 1 包 薑絲(0.6K/包) 1 包	滷雞蛋(國產:台灣) 643 個 滷雞蛋(國產:台灣(商品)) 30 個	高麗菜(切實重) 50 公斤 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	豆薯營養湯 15 公斤 濕香菇(切片) 6 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 薑片(0.6K) 1 包 非基改豆皮(K) 1 公斤		熱量：856大卡 醣類：99.1 g 脂肪：31.8 g 蛋白質：41.2 g
餐數 640		全穀雜糧類:5.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
10月2日星期四	白米飯(紫米先送6K)	鮮魚佐莎莎 75 公斤 洋蔥(切中丁) 10 公斤 蕃茄丁罐頭(2.5K/罐) 2 罐 鳳梨罐頭(3K) 2 罐 碎蒜(0.6K/包) 1 包 薑絲(0.6K/包) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	洋蔥(切絲) 33 公斤 肉絲香里 15 公斤	蛋. 39 公斤 素魚板絲 6 公斤 玻璃紙(包)50入 1 包	履歷油菜(切實重) 50 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		熱量：834大卡 醣類：90.7 g 脂肪：28.4 g 蛋白質：50.7 g
餐數 640		全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.1份 油脂與堅果種子類:2.0份						
10月3日星期五	紫米飯(6K)	宮保雞丁 45 公斤 上雞胸丁(CAS) 45 公斤 洋蔥(切中丁) 6 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 6 公斤 去皮油花生(K) 3 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 不辣辣椒 0.5 公斤 冷凍蔥花 0.5 公斤	韓式拌春雨 13 公斤 寬粉(K) 13 公斤 黃豆芽 13 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 絞肉香里 3 公斤 木耳(切絲) 1 公斤 白芝麻(熟) 0.2 公斤	珍珠丸子(25g)國產 621 粒 珍珠丸子(25g)商品-國產 30 粒	炒有機味美菜 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	酸菜肉片湯 10 公斤 酸菜絲 10 公斤 金針菇(QR) 6 公斤 肉片香里 4 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包		熱量：722大卡 醣類：93.8 g 脂肪：25.0 g 蛋白質：30.4 g
餐數 640		全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:5.6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

2025/9/19 12:41

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。