

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第16週素食菜單

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析	
								全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.9份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份	
12 月 15 日 星 期 一 餐 數 22	白 米 飯	香菇滷豆輪	滷雞蛋	素雞塊(*2)	素炒高麗菜	和風味噌湯		熱量 : 660大卡 醣類 : 78.8 g 脂肪 : 27.0 g 蛋白質 : 29.6 g	
		濕香菇(QR) 2.5 公斤 小豆輪(K) 0.6 公斤	滷雞蛋(國產:台灣) 0 個	素雞塊(全素)(pc) 44 個 素雞塊(pc-備品) 10 個	高麗菜(切絲) 0 公斤 海帶芽(乾) 0 公斤	鴻喜菇(QR) 0.3 公斤 味噌十全(3K/盒) 0 盒			
12 月 16 日 星 期 二 餐 數 22	燕 麥 飯	三杯菇菇	素甜不辣	冰心地瓜	炒履歷油菜	榨菜豆皮湯		熱量 : 793大卡 醣類 : 123.4 g 脂肪 : 22.4 g 蛋白質 : 24.0 g	
		素豆腐(中丁)非基改 1 公斤 白精靈菇(QR) 0.8 公斤 金針菇(QR) 0.8 公斤 鴻喜菇(QR) 0.8 公斤	素甜不辣絲 1.5 公斤	冰心地瓜(TAPK包約35個) 0 包	履歷油菜(切實重) 0 公斤	非基改豆皮(K) 0.2 公斤 榨菜絲 0 公斤			
12 月 17 日 星 期 三 餐 數 22	白 米 飯	藥膳猴頭菇	玉米炒蛋	銀絲捲	炒履歷蚵白菜	酸辣湯		熱量 : 471大卡 醣類 : 71.2 g 脂肪 : 13.5 g 蛋白質 : 15.8 g	
		素鮮油葵園菇湯包(600g) 2 包 凍豆腐大丁 1.2 公斤 白精靈菇(QR) 0.6 公斤 金針菇(QR) 0.6 公斤	玉米粒(QR-K) 0 公斤 蛋. 0 公斤	銀絲捲(小)奇美 0 個	履歷蚵白菜(切實重) 0 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包	木耳(切絲) 0 公斤 烏醋(庫存) 0 庫存 紅蘿蔔(切絲) 0 公斤 蛋. 0 公斤 豆腐乾(切中丁4.5K/包) 0 板 金針菇(QR) 0 公斤			
12 月 18 日 星 期 四 餐 數 22	白 米 飯	糖醋豆包	素田園咖哩	滷素香菇貢丸(*1)	炒履歷青江菜	菜頭素排骨湯		熱量 : 626大卡 醣類 : 63.7 g 脂肪 : 27.8 g 蛋白質 : 33.2 g	
		非基改炸豆包(袋裝pc) 22 片 非基改豆包(袋裝備品pc) 5 片 蕃茄醬(庫存) 0 庫存	百頁丁(中丁)榮洲 1.2 公斤 素咖哩粉(25g) 1 罐 洋芋(切中丁) 0 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0 公斤	素香菇貢丸(pc) 22 粒 素香菇貢丸(pc-備品) 5 粒 滷包(30g-小包) 1 包	履歷青江菜(切實重) 0 公斤	素排骨酥(溼) 0.3 公斤 菜頭(切中丁) 0 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包			
12 月 19 日 星 期 五 餐 數 22	紫 米 飯	全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.2份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份	全穀雜糧類:5.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.9份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.4份					熱量 : 604大卡 醣類 : 79.6 g 脂肪 : 23.3 g 蛋白質 : 20.1 g	
		山藥燉櫛瓜	素壽喜燒凍豆腐	高湯蒸蛋	炒有機油江菜	冬至湯圓			
		山藥(切中丁) 2 公斤 櫛瓜 1 公斤	大白菜(切實重) 2 公斤 凍豆腐(中丁)非基改 1 公斤 木耳(切絲) 0.2 公斤 非基改豆皮(K) 0.2 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.1 公斤	素高湯(大)3K 0 罐 蛋. 0 公斤	有機油江菜(乾-尚缺X切) 0 公斤	二砂台糖(1K/包) 0 包 小湯圓(紅白1斤) 0 包 芋圓(0.6K/包) 0 包			

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

2025/12/5 16:30

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。