

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第16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
12月15日 星期一	白米飯 (燕麥先送6K)	馬鈴薯紅燒肉 肉丁香里 42 公斤 洋芋(切中丁) 15 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥花 0.5 公斤	滷雞蛋(國產:台灣) 643 個 滷雞蛋(國產:台灣)(備品) 30 個	麥克雞塊(CAS)(K) 33 公斤 沙拉油(18L) 1 桶	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 50 公斤 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	和風味噌湯 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： 1002大卡 醣類： 82.6 g 脂肪： 56.2 g 蛋白質： 41.6 g
餐數 640		全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
12月16日 星期二	燕麥飯	照燒雞 胛腿丁(CAS) 54 公斤 洋蔥(切中丁) 10 公斤 照燒醬(3K瓶) 1 瓶 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 薑片(0.6K) 1 包 白芝麻(熟)(標示日期) 0.3 公斤	香酥甜不辣 黑輪條(小)(如記) 39 公斤 沙拉油(18L) 1 桶	冰心地瓜 冰心地瓜(TAP)(包)(25個) 13 包	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	榨菜肉絲湯 榨菜絲 10 公斤 肉絲香里 4 公斤		熱量： 1051大卡 醣類： 113.3 g 脂肪： 51.4 g 蛋白質： 32.7 g
餐數 640		全穀雜糧類:6.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.9份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
12月17日 星期三	白米飯	黑胡椒豬柳 豬柳香里 51 公斤 洋蔥(切粗絲) 15 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤 黑胡椒醬台鹽(3K) 1 罐	鮪魚聰明蛋 蛋. 36 公斤 洋蔥(切絲) 18 公斤 鮪魚罐大(1880g) 2 罐 蔥花 1 公斤	銀絲捲 銀絲卷(小)奇美 643 個 銀絲卷(小)奇美備品 30 個	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 50 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	酸辣湯 肉絲香里 6 公斤 蛋. 6 公斤 豆腐(南切中丁)(4.5K) 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		熱量： 739大卡 醣類： 98.8 g 脂肪： 19.4 g 蛋白質： 42.3 g
餐數 640		全穀雜糧類:4.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.1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18日 星期四	白米飯 (紫米先送6K)	香酥旗魚排 旗魚排(QR)(安) 621 片 旗魚排(QR)(安)備品 30 片 沙拉油(18L) 2 桶	田園咖哩 洋芋(切中丁) 30 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 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	滷貢丸(*1) 貢丸(大)(國產)(pc) 621 粒 貢丸(大)(國產)(備品)(pc) 30 粒 滷包(30g-小包) 6 包	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	菜頭排骨湯 菜頭(切中丁) 25 公斤 小排骨(肉)香里 6 公斤		熱量： 1174大卡 醣類： 95.1 g 脂肪： 76.5 g 蛋白質： 30.4 g
餐數 640		全穀雜糧類:5.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
12月19日 星期五	紫米飯 (6K)	瓜仔肉燥 絞肉香里 48 公斤 碎瓜 12 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥花 0.5 公斤	滷獅子頭(*1) 獅子頭(CAS)(粒) 621 粒 獅子頭(CAS)(粒)(備品) 30 粒	高湯蒸蛋 蛋. 39 公斤 素高湯(大)3K 2 罐 玻璃紙(包)50入 1 包	炒有機油江菜 有機油江菜(彰-尚誠)(切) 50 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	冬至湯圓 小湯圓(紅白1斤) 16 包 二砂台糖(1K/包) 13 包 芋圓(0.6k/包) 10 包		熱量： 803大卡 醣類： 104.4 g 脂肪： 23.7 g 蛋白質： 41.8 g
餐數 640		全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.1份 蔬菜類:1.0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

2025/12/5 16:31

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。