

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第17週素食菜單

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22日 星期一	白米飯	素當歸鴨 素鴨肉 2 公斤 凍豆腐大丁 1.5 公斤 素酥包(當歸鴨)(小包40g) 1 包	素奶香針菇白菜 大白菜(切實重) 3 公斤 金針菇(QR) 0.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤 非基改豆皮卷(K) 0.2 公斤 奶粉(K) 0.1 公斤	滷雞蛋 滷雞蛋(國產:台灣) 0 個	素炒高麗菜 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 0.5 包 紅蘿蔔(切絲) 0 公斤 高麗菜(切實重) 0 公斤	菜頭素排骨湯 素排骨酥(滷) 0.3 公斤 菜頭(切中丁) 0 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包		熱量： 690大卡 醣類： 75.8 g 脂肪： 27.9 g 蛋白質： 37.8 g
餐數 22		全穀雜糧類:4.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.1份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份						
12月23日 星期二	蕎麥飯	咖哩素雞丁 素雞丁 2 公斤 洋芋(切中丁) 1.5 公斤 素咖哩塊(125g) 1 盒	玉筍青花 冷凍綠花椰菜(CAS) 2 公斤 玉米筍(QR) 1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤	高湯蒸蛋 素高湯(大)3K 0 罐 蛋. 0 公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 0 公斤	冬瓜粉圓湯 二砂台糖(1K/包) 0 包 冬瓜塊小(0.6K) 0 塊 大粉圓 0 公斤		熱量： 543大卡 醣類： 88.0 g 脂肪： 11.1 g 蛋白質： 26.6 g
餐數 22		全穀雜糧類:5.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份						
12月24日 星期三	白米飯	素香菇肉燥 濕香菇(QR) 1 公斤 素肉燥(180g) 1 包 非基改小小豆干丁(萊洲) 1 公斤 香菇絲(兩) 1 兩 碎豆輪 0.6 公斤 香菜(150g/把) 0.5 把 碎瓜(玖順) 0.2 公斤	香酥薯條 洋芋薯條(粗) 0 公斤	奶皇包 奶皇包(小) 1 個	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 0 公斤	針菇皮絲湯 素皮絲 0.3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包 金針菇(QR) 0 公斤		熱量： 618大卡 醣類： 49.1 g 脂肪： 34.5 g 蛋白質： 33.5 g
餐數 22		全穀雜糧類:2.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.4份 蔬菜類:0.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.1份						
12月25日 星期四	ㄟ行憲紀念日放假							熱量： 0大卡 醣類： 0.0 g 脂肪： 0.0 g 蛋白質： 0.0 g
餐數 22		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						
12月26日 星期五	糙米飯	滷豆包 非基改濕豆包(pc) 22 片 非基改濕豆包(pc)備品 5 片 濕香菇(QR) 0.2 公斤	蠔油豆腐 三色豆(CAS-1K/包) 0 公斤 萬家香素蠔油(6L) 0 桶 豆腐條(切中丁)(4.5K)非 0 板	桂竹筍炒豆皮 非基改豆皮卷(K) 0.3 公斤 熟桂竹筍(切) 0 公斤	炒有機黑葉白菜 有機黑葉白菜(影-兩罐)(切) 0 公斤	冬瓜素羊湯 素羊肉(0.6K) 1 包 冬瓜(切中丁) 0 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包		熱量： 549大卡 醣類： 68.5 g 脂肪： 18.7 g 蛋白質： 28.1 g
餐數 22		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:0.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7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

2025/12/15 11:58

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，對菜單上上述食材過敏者請注意。