

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第19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			
		麻油素雞	滷素香菇貢丸(*1)	高湯蒸蛋	素炒高麗菜	金針湯										
1 月 5 日 星 期 一 餐 數 22	白 米 飯	凍豆腐大丁 2 公斤	素香菇貢丸(pc) 22 粒	素高湯(大)3K 0 罐	素高湯(一週用量)(0.6K/包) 0.5 包	乾金針(兩) 1 兩	9單	熱量 : 608大卡	醣類 : 67.4 g	脂肪 : 22.9 g	蛋白質 : 34.4 g					
		素(Q糕0.4K) 1 包	素香菇貢丸(pc-備品) 5 粒	蛋. 0 公斤	紅蘿蔔(切絲) 0 公斤	非基改豆皮(K) 0.2 公斤										
		素雞丁 1 公斤	滷包(30g-小包) 1 包	高麗菜(切實重) 0 公斤												
		全穀雜糧類:4.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.5份 蔬菜類:0.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份														
		素香菇肉燥	滷細嫩油腐	素菜捲	炒履歷青江菜	仙草蜜										
		素肉燥(180g) 1 包	四角細嫩油腐丁(榮洲) 1.2 公斤	素菜捲(40g) 22 條	履歷青江菜(切實重) 0 公斤	二砂台糖(1K/包) 0 包		熱量 : 706大卡	醣類 : 72.1 g	脂肪 : 30.6 g	蛋白質 : 40.2 g					
		香菇絲(兩) 1 兩	滷香菇(QR) 0.1 公斤	素菜捲(40g)(備品) 5 條	仙草蜜(5K/桶) 0 桶											
		小小豆干丁(榮洲) 0.6 公斤														
		杏鮑菇(A)(QR) 0.6 公斤														
		素皮絲 0.6 公斤														
		碎瓜(玖順) 0.1 公斤														
		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.9份 蔬菜類:0.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份														
		三杯蘑菇	銀絲捲	蕃茄炒蛋	炒履歷蚵白菜	冬瓜湯										
		凍豆腐(中丁)非基改 1 公斤	銀絲捲(小)奇美 1 個	蕃茄(切中丁) 0 公斤	履歷蚵白菜(切實重) 0 公斤	素羊肉(K) 0.3 公斤		熱量 : 506大卡	醣類 : 69.8 g	脂肪 : 17.9 g	蛋白質 : 16.7 g					
		白精靈菇 (QR) 0.8 公斤	蕃茄醬(3K)可果美 0 罐	薑絲(0.6K/包) 0 包	冬瓜(切中丁) 0 公斤											
		金針菇(QR) 0.8 公斤	蛋. 0 公斤	薑絲(0.6K/包) 0 包												
		鴻喜菇(QR) 0.8 公斤														
		全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.9份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份														
		滷豆筍	鮮菇拌白花	滷海帶片	炒履歷油菜	紫菜蛋花湯										
		豆筍 3 公斤	秀珍菇(QR) 0.5 公斤	海帶片(pc) 23 片	履歷油菜(切實重) 0 公斤	紫菜 0 公斤		熱量 : 1171大卡	醣類 : 65.1 g	脂肪 : 79.0 g	蛋白質 : 68.2 g					
		藥膳包(小包60g) 1 包	冷凍白花椰菜(CAS) 0 公斤	海帶片(pc-備品) 1 片	薑絲(0.6K/包) 0 包	蛋. 0 公斤										
		全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.4份 蔬菜類:0.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份														
		糙米飯	椒鹽香菇	素奶香針菇白菜	滷雞蛋	炒有機菠菜	芹香素貢丸湯									
		濕香菇(QR) 3 公斤	大白菜(切實重) 3 公斤	滷雞蛋(國產:台灣) 0 個	有機菠菜(尚址)(切實重) 0 公斤	素香菇貢丸(K) 0.3 公斤	熱量 : 642大卡	醣類 : 98.1 g	脂肪 : 19.2 g	蛋白質 : 21.7 g						
		九層塔(兩) 1 兩	金針菇(QR) 0.5 公斤	西芹菜(切末) 0 公斤												
		蕃薯粉(K) 0.2 公斤	紅蘿蔔(切絲) 0.2 公斤													
		全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.2份 豆魚蛋肉類:1.0份 蔬菜類:3.0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

2025/12/26 12:32

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。