

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第19週午餐菜單

材料用量

日期	主食	主菜		副菜		副菜		副菜		湯		營養分析	
		飘香肉燥	滷貢丸(*1)	高湯蒸蛋	炒高麗菜	榨菜肉絲湯							
1 月 5 日 星 期 一 餐 數 640	白 米 飯 (燕 麥 6K)	絞肉香里 碎瓜 油蔥酥(大-600g) 碎蒜(0.6K/包) 蔥花	42 公斤 12 公斤 1 包 1 包 0.5 公斤	貢丸(大)(國產)(pc) 貢丸(大)(國產)(備品pc) 滷包(30g-小包)	621 粒 30 粒 6 包	蛋. 素高湯(大)3K 玻璃紙(包)50入	39 公斤 2 罐 1 包	高麗菜(切實重) 紅蘿蔔(切絲) 碎蒜(0.6K/包)	50 公斤 2 公斤 1 包	榨菜絲 肉絲香里	10 公斤 4 公斤		熱量 : 572大卡 醣類 : 73.7 g 脂肪 : 12.9 g 蛋白質 : 37.7 g
全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份													
1 月 6 日 星 期 二 餐 數 640	燕 麥 飯	滷雞腿 雞腿(6)(QR) 雞腿(6)(QR)備品 滷包(30g-小包) 蒜仁(0.6K/包) 蔥花 薑片(0.6K/包)		肉末滷豆腐 豆腐茶油(切中丁)4.5K/斤 絞肉香里 6 公斤	11 板	滷黑輪條(*1) 黑輪條(大)(CAS)-條 黑輪條(大)(CAS)備品-條 滷包(30g-小包)	621 條 30 條 6 包	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 碎蒜(0.6K/包)	仙草蜜 二砂台糖(1K/包) 仙草蜜(5K/桶)	15 包 14 桶			熱量 : 667大卡 醣類 : 114.2 g 脂肪 : 8.3 g 蛋白質 : 33.9 g
全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.5份 蔬菜類:0.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份													
1 月 7 日 星 期 三 餐 數 640	白 米 飯	蔥爆豬柳 豬柳香里 洋蔥(切粗絲) 蒜仁(0.6K/包) 蔥(切段)		銀絲捲 銀絲捲(小)奇美 銀絲捲(小)奇美備品	643 個 30 個	蕃茄炒蛋 蕃茄(切中丁) 蔥花 蕃茄醬(3K)可果美	35 公斤 16 公斤 1 公斤 1 罐	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 小排骨(肉)香里	冬瓜排骨湯 冬瓜(切中丁) 6 公斤			履歷豆 奶奶 (獎勵金643+10)	熱量 : 802大卡 醣類 : 109.6 g 脂肪 : 20.5 g 蛋白質 : 45.0 g
全穀雜糧類:4.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.9份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份													
1 月 8 日 星 期 四 餐 數 640	白 米 飯 (糙 米 先 送 4K)	沙茶魚丁 水煮魚丁(QR) 洋蔥(切絲) 沙茶醬牛頭牌(3K) 蒜仁(0.6K/包) 薑絲(0.6K/包) 蔥花		鮀魚拌白花 冷凍白花椰菜(CAS) 鮮生鮮鮀魚圈(CAS) 紅蘿蔔(切絲) 4 公斤	36 公斤 9 公斤 30 片 6 包	滷海帶片 海帶片(pc) 海帶片(pc-備品) 滷包(30g-小包)	643 片 30 片 6 包	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 碎蒜(0.6K/包)	紫菜蛋花湯 蛋. 薑絲(0.6K/包) 紫菜	9 公斤 1 包 0.6 公斤			熱量 : 683大卡 醣類 : 82.9 g 脂肪 : 25.5 g 蛋白質 : 29.3 g
全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.2份 蔬菜類:1.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份													
1 月 9 日 星 期 五 餐 數 640	糙 米 飯	小豆輪肉丁 肉丁香里 小豆輪(K) 紅蘿蔔(切中丁) 蒜仁(0.6K/包) 蔥花		烤香腸 香腸(CAS)-條 香腸(CAS)備品-條 沙拉油(18L)	640 條 30 條 1 桶	滷雞蛋 滷雞蛋(國產:台灣)(備品)	643 個 30 個	炒有機菠菜 有機菠菜(尚址)(切實重) 碎蒜(0.6K/包)	芹香貢丸湯 貢丸(小)(國產) 西芹菜(切末)	15 公斤 0.6 公斤			熱量 : 1089大卡 醣類 : 76.2 g 脂肪 : 67.9 g 蛋白質 : 44.0 g
全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.9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

2025/12/26 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。