

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第21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
1月19日星期一	白米飯	藥膳猴頭菇 素麻油軟貝菇海包(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	蒸素水餃(*2) 素水餃(pc) 44粒 素水餃(pc-備品) 10粒	毛豆炒蛋 毛豆仁(冷凍) 0公斤 紅蘿蔔(切絲) 0公斤 蛋. 0公斤	素炒高麗菜 薑絲(一捆用量)(0.6K/包) 0.5包 紅蘿蔔(切絲) 0公斤 高麗菜(切實重) 0公斤	冬瓜湯 素羊肉(K) 0.6公斤 冬瓜(切中丁) 0公斤 薑絲(0.6K/包) 0包		熱量： 692大卡 醣類： 102.1 g 脂肪： 20.8 g 蛋白質： 24.3 g
餐數 22		全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.4份 蔬菜類:0.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.1份						
1月20日星期二	紫米飯	糖醋豆皮 非基改豆皮卷(K) 1公斤 彩色椒(切絲)QR 0.2公斤	奶香青花洋芋 冷凍綠花椰菜(CAS) 2公斤 素濃湯粉(600g)包 1包 洋芋(切大丁) 0公斤 紅蘿蔔(切中丁) 0公斤	高湯蒸蛋 素高湯(大)3K 0罐 蛋. 0公斤	炒履歷菠菜 履歷菠菜(切實重) 0公斤	仙草蜜 二砂台糖(1K/包) 0包 仙草蜜(5K/桶) 0桶		熱量： 718大卡 醣類： 84.5 g 脂肪： 25.7 g 蛋白質： 37.9 g
餐數 22		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
月 日								
月 日								
月 日								
月 日								

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

2026/1/2 13:00

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。