

0098 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第1學期第20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
1月12日星期一	白米飯(糙米6K)	蒜泥白肉 54 公斤 洋蔥(切絲) 10 公斤 蒜泥(0.6K/包) 2 包 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	白菜滷 65 公斤 肉絲香里 6 公斤 金針菇(QR) 6 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 木耳(切絲) 1 公斤 非基改豆皮(K) 1 公斤 冬蝦 0.3公斤、香菇絲 0.3公斤	炒高麗菜 50 公斤 高麗菜(切實重) 2 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	酸辣湯 6 公斤 肉絲香里 6 公斤 蛋. 6 公斤 金針菇(QR) 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： 605大卡 醣類： 80.7 g 脂肪： 11.7 g 蛋白質： 44.9 g
餐數 640		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.6份 蔬菜類:2.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份						
1月13日星期二	糙米飯	瓜仔雞 54 公斤 骨腿丁(CAS) 5 公斤 濕香菇(切小丁) 2 罐 花瓜罐(3K)(醃漬品) 1 包 碎蒜(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K/包) 1 包 蔥花 0.5 公斤	四角油豆腐(大)~pc 642 個 四角油豆腐(大)備品 30 個	蒸蛋 39 公斤 素魚板絲 6 公斤 玻璃紙(包)50入 1 包	炒履歷菠菜 58 公斤 履歷菠菜(切實重) 1 包 碎蒜(0.6K/包)	針菇肉絲湯 9 公斤 金針菇(QR) 6 公斤 肉絲香里 6 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包		熱量： 714大卡 醣類： 72.2 g 脂肪： 29.5 g 蛋白質： 38.1 g
餐數 640		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7份						
1月14日星期三	白米飯	炙燒豬柳 54 公斤 豬柳香里 6 公斤 洋蔥(切絲) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1 瓶 照燒醬(3K瓶) 1 包 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥花 0.5 公斤	香濃巧克力捲 642 個 香港巧克力捲(40g/支) 30 個 巧克力捲(40g/支)備品	東山滷味 20 公斤 凍豆腐(中丁)非基改 9 公斤 黑輪條(小)QR 6 包 滷包(30g-小包) 6 公斤 貢丸(小)(國產) 6 公斤 薑片(0.6K) 1 包	炒履歷青江菜 50 公斤 履歷青江菜(切實重) 1 包 碎蒜(0.6K/包)	菜頭排骨湯 25 公斤 菜頭(切中丁) 6 公斤 小排骨(肉)香里		熱量： 817大卡 醣類： 110.1 g 脂肪： 25.7 g 蛋白質： 38.4 g
餐數 640		全穀雜糧類:6.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.1份						
1月15日星期四	白米飯(五穀米6K)X扣84筆	香酥旗魚排 537 片 旗魚排(QR)(安) 25 片 旗魚排(QR)(安)備品 2 桶 沙拉油(18L)	滷貢丸(*1) 537 粒 貢丸(大)(國產)(pc) 25 粒 貢丸(大)(國產)(備品pc) 5 包 滷包(30g-小包)	田園咖哩 25 公斤 洋芋(切中丁) 8 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 8 公斤 洋蔥(切中丁) 8 公斤 絞肉香里 8 公斤 咖哩粉小磨坊(600g) 1 盒	炒履歷油菜 42 公斤 履歷油菜(切實重) 1 包 碎蒜(0.6K/包)	玉米濃湯 8 公斤 玉米粒(QR-K) 5 公斤 蛋. 2 公斤 洋芋(切小丁) 2 公斤 洋蔥(切大丁) 2 公斤 洋蔥(切大丁) 2 包 玉米濃湯粉小磨坊(1K) 2 罐 玉米醬牛(大-3K) 2 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 2 公斤		熱量： 1111大卡 醣類： 82.1 g 脂肪： 76.2 g 蛋白質： 26.2 g
餐數 557		全穀雜糧類:5.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.1份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
1月16日星期五	五穀米飯	三杯雞 65 公斤 骨腿丁(CAS) 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K/包) 1 包 九層塔 0.5 公斤 蔥花 0.5 公斤	冰心地瓜 13 包 冰心地瓜(TAP)(包約整顆)	紅蘿蔔炒蛋 42 公斤 蛋. 20 公斤 紅蘿蔔(切絲)	炒有機黑葉白菜 50 公斤 有機黑葉白菜(影-兩粒X10) 1 包 碎蒜(0.6K/包)	味噌海芽湯 7 公斤 味噌(K) 6 板 海帶芽(乾) 1 公斤		熱量： 803大卡 醣類： 84.9 g 脂肪： 33.3 g 蛋白質： 38.1 g
餐數 640		全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.9份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5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

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。