

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第1週食譜設計

菜單組成 材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析		
									醣類：	全穀雜糧類	
2月23日 星期一	小米飯	如意鳳翅	極品海鮮羹	步步高升(冷主)	履歷油菜	好彩頭湯			醣類：	全穀雜糧類	4.8
		雞翅(Q) 621 支	大白菜(切片) 50 Kg	蘿蔔糕(50g*50片)小 621 片	履歷油菜(切段) 50 Kg	白蘿蔔(中丁) 23 Kg		83 g	豆魚蛋肉類	2.4	
餐數 621		雞翅(Q)備 25 支	脆筍絲(醃) 9 Kg	甜酸黑胡椒(600g*小磨坊) 25 片	蒜末 0.5 Kg	龍骨丁*泰安 6 Kg		脂肪：	蔬菜類	2.2	
		滷包 4 個	前腿肉絲*米迪M 6 Kg			柴魚片(300g/包) 1 包		24.5 g	油脂類	2.5	
		薑片 0.5 Kg	蝦仁(Q) 6 Kg					蛋白質：	水果類	0.0	
			金針菇 2 Kg					28.6 g	乳品類	0.0	
			胡蘿蔔(切絲) 2 Kg					熱量：			
			木耳絲 1.2 Kg					666.9大卡			
			乾香菇絲(Kg) 0.2 Kg								
2月24日 星期二	燕麥飯	豬事如意	花開富貴	椒鹽毛豆莢	彩繪銀芽	檸檬愛玉			醣類：	全穀雜糧類	3.6
		前腿肉丁*米迪M 45 Kg	冷凍青花菜(CAS) 40 Kg	毛豆莢(CAS) 30 Kg	有機豆芽菜*淨芽 40 Kg	二砂糖(1Kg*包) 15 包		64 g	豆魚蛋肉類	2.1	
餐數 621		馬鈴薯(中丁) 15 Kg	冷凍玉米筍 5 Kg	甜酸黑胡椒(600g*小磨坊) 1 包	胡蘿蔔(切絲) 1.2 Kg	愛玉(5K*包)榮L 14 包		脂肪：	蔬菜類	2.0	
		洋蔥(中丁) 10 Kg	蝦仁(Q) 5 Kg	蒜末 0.3 Kg	韭菜(切段) 0.6 Kg	現榨檸檬汁(950ml)先生 2 瓶		23 g	油脂類	2.5	
		胡蘿蔔(中丁) 5 Kg	胡蘿蔔(切片) 2.5 Kg		蒜末 0.3 Kg			蛋白質：	水果類	0.0	
		咖哩粉(600g*小磨坊) 1 盒	蒜仁 0.3 Kg					23.9 g	乳品類	0.0	
								熱量：			
								558.6大卡			
2月25日 星期三	白米飯	黑胡椒豬柳	招財進寶(冷主)	圓滿紅燒獅子頭(加)	有機味美菜	冬瓜豚骨湯			醣類：	全穀雜糧類	4.3
		前腿豬柳*米迪M 45 Kg	熱水餃(個*奇美味你好) 1242 個	獅子頭(30g*CAS) 621 個	有機味美菜(切*款哥 50 Kg	冬瓜(中丁) 23 Kg		74.5 g	豆魚蛋肉類	2.5	
餐數 636		洋蔥(中丁) 15 Kg	熱水餃(奇美味你好)備品 49.99 個	大白菜(切片) 27 Kg	薑絲 0.5 Kg	龍骨丁*泰安 6 Kg		脂肪：	蔬菜類	2.0	
		三色豆(CAS) 6 Kg		獅子頭(30g*CAS)備 25.01 個		薑絲 0.3 Kg		25 g	油脂類	2.5	
		黑胡椒醬(2.7K*罐) 1 罐		胡蘿蔔(切絲) 3 Kg				蛋白質：	水果類	0.0	
		蘑菇醬(2.7K*罐) 1 罐		木耳絲 1.5 Kg				28.1 g	乳品類	0.0	
		蒜末 0.6 Kg		青蔥(珠) 0.5 Kg				熱量：			
		青蔥 0.5 Kg						635.4大卡			
2月26日 星期四	糙米飯	清蒸海上鮮	吉祥聚寶盆	麻婆豆腐	鴻運甘藍	元氣春雞湯			醣類：	全穀雜糧類	3.9
		鯊魚(切丁*Q) 100 Kg	玉米粒(Q) 20 Kg	薄豆腐(小丁4.2K)L 9 盤	高麗菜(切片) 50 Kg	白蘿蔔(中丁) 22 Kg		65.5 g	豆魚蛋肉類	5.0	
餐數 621		素蠔油(6K*萬家香) 1 桶	豆干丁*榮洲L 10 Kg	豬絞肉(絞肉*米迪)M 6 Kg	木耳絲 2 Kg	骨腿(骨腿丁CAS) 9 Kg		脂肪：	蔬菜類	1.4	
		青蔥(切段) 0.5 Kg	豬絞肉(絞肉*米迪)M 9 Kg	三色豆(CAS) 3 Kg	蒜末 0.5 Kg	薑片 0.5 Kg		37.5 g	油脂類	2.5	
		薑絲 0.4 Kg	小黃瓜(小丁) 8 Kg	青蔥(珠) 0.5 Kg	枸杞 0.2 Kg	紅棗 0.3 Kg		蛋白質：	水果類	0.0	
		紅辣椒 0.2 Kg	胡蘿蔔(小丁) 3 Kg	蒜末 0.3 Kg				44.2 g	乳品類	0.0	
			蒜末 0.3 Kg					熱量：			
								776.3大卡			
2月27日 星期五											
餐數											

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/2/4

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

※本產品含有易引起過敏之食物，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不適對其果敏體質者食用。

營養師：

午餐執秘：

校長：