

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第11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	湯	水果	營養分析		
								醣類：	全穀雜糧類	
4月20日 星期一	白米飯	蔥爆肉片	滷油腐(加)	田園珠寶盒	有機青江菜	紫菜蛋花湯		醣類：	全穀雜糧類	6.4
		前腿肉片*米迪M 39 Kg 洋蔥(大丁) 12 Kg 彩椒(切片) 3 Kg 胡蘿蔔(切片) 1 Kg 青蔥(切段) 0.5 Kg	大三角油豆腐(50g*個)宗L 620 個 大三角油豆腐(50g*宗)備L 30 個 滷包 3 個	玉米粒(Q) 20 Kg 馬鈴薯(小丁) 15 Kg 毛豆仁 4 Kg 胡蘿蔔(小丁) 3 Kg 蒜末 0.3 Kg	有機小松菜(切段)款哥 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	雞蛋(kg)G 12 Kg 乾海芽 0.4 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg		100.5 g 脂肪： 27.5 g 蛋白質： 34.7 g 熱量： 788.3大卡	豆魚蛋肉類 3.0 蔬菜類 0.9 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月21日 星期二	糙米飯	香滷雞腿	嫩炒桂竹筍(醃)	香滷海帶片	履歷油菜(78)	紅豆薏仁湯		醣類：	全穀雜糧類	7.9
		棒棒腿D6*CAS 620 支 棒棒腿D6*CAS備品 30 支 滷包 5 個 青蔥 0.4 Kg 薑片 0.4 Kg	桂竹筍(切段) 40 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 木耳絲 2 Kg	海帶片 620 片 海帶片備品 30 片	履歷油菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	紅豆(履歷)O 13 Kg 二砂糖(1Kg*包) 10 包 薏仁O 4.5 Kg		127.5 g 脂肪： 22.5 g 蛋白質： 31.6 g 熱量： 838.9大卡	豆魚蛋肉類 2.0 蔬菜類 1.8 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月22日 星期三	白米飯	飄香肉燥	滷蛋	冬瓜封肉	豆芽菜	黃瓜排骨湯		醣類：	全穀雜糧類	5.5
		豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 39 Kg 豆干丁*榮洲L 12 Kg 油蔥酥(600g) 1 包 青蔥 0.5 Kg 蒜末 0.5 Kg	滷蛋(粒) 620 個 滷蛋(粒)備品 30 粒 滷包(袋) 1 袋	冬瓜(中丁) 35 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 9 Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 4.5 Kg 胡蘿蔔(中丁) 3 Kg 薑片 0.5 Kg	40 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.5 Kg 木耳絲 1 Kg 韭菜(切段) 0.6 Kg 蒜末 0.5 Kg	胡瓜(切片) 24 Kg 中骨*陸輝 6 Kg 薑片 0.3 Kg		91.5 g 脂肪： 28.5 g 蛋白質： 35.2 g 熱量： 763.3大卡	豆魚蛋肉類 3.2 蔬菜類 1.8 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月23日 星期四	五穀飯	泰式酸辣魚(69)	蜜汁豆干	銀絲卷(冷主)	履歷空心菜	蘿蔔湯(27)		醣類：	全穀雜糧類	8.0
		鯊魚(切丁*Q) 80 Kg 洋蔥(中丁) 4 Kg 粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 4 盤 泰式酸甜醬(810g*罐) 3 罐 彩椒(中丁) 2 Kg 青蔥 0.5 Kg 薑片 0.3 Kg	大溪黑豆干(12丁*榮)L 36 Kg 滷包 3.01 個 麥芽糖(600g*罐) 1 罐 熟白芝麻 0.5 Kg	小銀絲卷(40g*大家) 620 個 小銀絲卷(40g*大家)備品 30 個	履歷空心菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	白蘿蔔(中丁) 18 Kg 中骨*陸輝 4.5 Kg 芹菜(珠) 0.3 Kg		125.5 g 脂肪： 32.5 g 蛋白質： 45.1 g 熱量： 974.9大卡	豆魚蛋肉類 4.0 蔬菜類 1.1 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月24日 星期五	白米飯	三杯雞	蕃茄炒蛋	蠔油蘿蔔糕(冷主)	翠綠花椰菜	冬瓜排骨湯		醣類：	全穀雜糧類	6.9
		骨腿(骨腿丁CAS) 62 Kg 蒜仁 0.4 Kg 九層塔 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 33 Kg 牛蕃茄(大丁) 18 Kg 蕃茄醬(3K*罐)可果美(德勝) 1 罐 青蔥(珠) 0.5 Kg	蘿蔔糕(50g*50片)小 620 片 蘿蔔糕(50g*50片)小備品 30 片	冷凍青花菜(CAS) 50 Kg 胡蘿蔔(去皮) 3 Kg 蒜末 0.5 Kg	冬瓜(中丁) 22 Kg 中骨*陸輝 8 Kg 薑絲 0.5 Kg		111 g 脂肪： 26.5 g 蛋白質： 34.9 g 熱量： 822.1大卡	豆魚蛋肉類 2.8 蔬菜類 1.5 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/4/15

※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：