

# S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第12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27日 星期一	白米飯	薑母鴨	玉米四寶	水晶肉圓(加)	有機小松菜	吉利排骨湯		醣類：	全穀雜糧類	7.5
		鴨丁(Q) 52 Kg 凍豆腐(kg*茶)L 12 Kg 高麗菜(切片) 7 Kg 薑母鴨包(新光) 3 包 薑片 0.3 Kg	玉米粒(Q) 23 Kg 馬鈴薯(小丁) 12 Kg 豬絞肉(絞肉*米油)M 6 Kg 胡蘿蔔(小丁) 1.5 Kg 青蔥(珠) 0.2 Kg 蒜末 0.2 Kg	肉圓(50g*奇津) 620 個 肉圓(50g*備品*奇津) 30 個	有機小松菜(切段)款哥 50 Kg 蒜末 0.4 Kg	結頭菜(中丁) 25 Kg 中骨*陸輝 6 Kg 芹菜(珠) 0.3 Kg		118 g 脂肪： 23 g 蛋白質： 30.8 g 熱量： 802.2大卡	豆魚蛋肉類 2.1 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28日 星期二	糙米飯	黃金虱目魚排(加炸)	麻婆豆腐(144)	滷蛋	炒高麗菜	榨菜肉絲湯		醣類：	全穀雜糧類	6.5
		虱目魚排CAS(拾拾*60g) 620 片 虱目魚排CAS(拾拾*60g)備品 30 片 耐炸油(18L) 2 桶	粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 10 盤 豬絞肉(絞肉*米油)M 6 Kg 洋蔥(中丁) 5 Kg 胡蘿蔔(中丁) 2 Kg 豆瓣醬(3K*十全) 1 桶 青蔥(珠) 0.3 Kg 蒜末 0.2 Kg	滷蛋(粒) 620 個 滷蛋(粒)備品 30 粒 滷包 5 個	高麗菜(切片) 50 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.5 Kg 木耳絲 0.6 Kg 蒜末 0.5 Kg	榨菜絲(醃) 15 Kg 前腿肉絲*米油M 5 Kg 薑絲 0.3 Kg		103.5 g 脂肪： 31 g 蛋白質： 40.1 g 熱量： 853.4大卡	豆魚蛋肉類 3.7 蔬菜類 1.2 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月29日 星期三	白米飯	沙茶豬肉燴飯	醬燒小肉包	滷海帶片	履歷青江菜	針菇蛋花湯		醣類：	全穀雜糧類	6.7
		火鍋肉片*米油M 25 Kg 高麗菜(切片) 12 Kg 玉米粒(Q) 8 Kg 洋蔥(切絲) 6 Kg 生香菇(切) 3 Kg 沙茶醬(3K/罐) 1 罐 胡蘿蔔(切片) 0.3 Kg	醬燒小肉包(30g*桂冠)備 620 個 醬燒小肉包(30g*桂冠) 30.01 個	海帶片 620 片 海帶片備品 30.01 片 滷包 5 個	履歷青江菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	金針菇 12 Kg 雞蛋(kg)G 12 Kg 青蔥 0.4 Kg		108 g 脂肪： 19 g 蛋白質： 24 g 熱量： 699大卡	豆魚蛋肉類 1.3 蔬菜類 1.5 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月30日 星期四	芝麻飯(0.5K)	當歸藥膳雞	滷黑豆干	滷白菜	履歷油菜(78)	仙草蜜		醣類：	全穀雜糧類	6.3
		骨髓(骨髓丁CAS) 60 Kg 小貢丸(嘉楠) 6 Kg 當歸藥膳包(新光)北斗 5 包 薑絲 0.5 Kg	大溪黑豆干(切9丁*茶)L 33 Kg 滷包 5 個 薑片 0.3 Kg	大白菜(切片) 55 Kg 前腿肉絲*米油M 9 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2 Kg 非基改豆皮(條) 1 條 蒜末 0.3 Kg 蝦米(冬蝦) 0.2 Kg	履歷油菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.4 Kg	仙草凍(5k*包)榮L 12 包 二砂糖(1Kg*包) 6 包		103 g 脂肪： 30.5 g 蛋白質： 39.5 g 熱量： 844.5大卡	豆魚蛋肉類 3.6 蔬菜類 1.7 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
餐數	617									
4月	日									
餐數	617									

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/4/21

※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合對其果敏體質者食用。

營養師：

午餐執秘：

校長：