

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-素

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		
4月27日 星期一	白米飯	蠔油三菇	玉米四寶	水晶肉圓(加)	有機小松菜	吉利湯		醣類：	全穀雜糧類	7.8
		紅甜椒(個) 2 個 生香菇 1 Kg 金針菇 1 Kg 冷凍玉米筍 0.6 Kg 鴻喜菇 0.3 Kg 九層塔 0.1 Kg	玉米粒(Q) 1 Kg 馬鈴薯(小丁) 0.6 Kg 胡蘿蔔(小丁) 0.3 Kg	素肉圓(50g*奇津)N 30 個	薑絲 0.5 Kg 有機小松菜(歐哥) Kg	非基改豆皮(條) 2 條 結頭菜(中丁) 1.5 Kg 芹菜(珠) 0.2 Kg		脂肪：125 g 蛋白質：17 g 熱量：23.5 g	豆魚蛋肉類 0.9 蔬菜類 1.6 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	747大卡
4月28日 星期二	糙米飯	酥炸香菇	麻婆豆腐(144)	滷蛋	炒高麗菜	榨菜冬粉湯		醣類：	全穀雜糧類	6.5
		生香菇 3.5 Kg 酥炸粉(1K) 1 包	胡蘿蔔(中丁) Kg 豆瓣醬(3K*十全) 桶 粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 盤	滷蛋(粒) 30 個	木耳絲 Kg 胡蘿蔔(切絲) Kg 高麗菜(切片) Kg	冬粉(Kg*小捆) 0.2 Kg 榨菜絲(醃) Kg 薑絲 Kg	脂肪：103.5 g 蛋白質：18 g 熱量：21.9 g	豆魚蛋肉類 1.1 蔬菜類 1.2 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	663.6大卡	
4月29日 星期三	白米飯	什錦肉羹	草莓銀絲卷	滷海帶片	履歷青江菜	針菇蛋花湯		醣類：	全穀雜糧類	6.3
		素肉羹(KG)N 1.2 Kg 大白菜(切片) 1 Kg 脆筍絲(醃) 0.3 Kg 雞蛋(kg)G 0.3 Kg 生香菇(切) 0.2 Kg 金針菇 0.2 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.2 Kg	草莓銀絲卷(25g*) 30 個	海帶片 30 片	履歷青江菜 Kg	金針菇 Kg 雞蛋(kg)G Kg		脂肪：99.5 g 蛋白質：18.5 g 熱量：22 g	豆魚蛋肉類 1.2 蔬菜類 1.0 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	652.5大卡
4月30日 星期四	芝麻飯	當歸藥膳	丁香花生(380)	什錦白菜(34)	履歷油菜(78)	仙草蜜		醣類：	全穀雜糧類	6.5
		凍豆腐(kg*榮)L 2 Kg 當歸藥膳包(新光)北斗 1 包 杏鮑菇(切塊) 0.6 Kg 素米血丁(KG)N 0.6 Kg 非基改豆皮(KG) 0.5 Kg 薑絲 0.1 Kg	豆干片*榮洲L 1 Kg 小黃瓜(小丁) 0.6 Kg 水煮花生(KG)N 0.3 Kg 胡蘿蔔(小丁) 0.3 Kg 紅辣椒 0.01 Kg	大白菜(剖半) 2 Kg 乾香菇絲(兩) 1 兩 木耳絲 0.2 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.2 Kg	履歷油菜 Kg	二砂糖(1Kg*包) 包 仙草凍(5k*包)榮L 包	脂肪：103 g 蛋白質：23 g 熱量：28.8 g	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	734.2大卡	
月 日 星期 五										
餐數	30									

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：