

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第14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	
5月11日 星期一	芝麻飯(0.5K)	宮保雞丁	日式壽喜燒		地瓜球		有機小松菜		針菇雪花湯		醣類：	全穀雜糧類	7.0
		雞胸丁(CAS) 51 Kg 洋蔥(中丁) 15 Kg 紅甜椒(中丁) 4 Kg 油花生 3 Kg 青蔥(切段) 0.5 Kg 乾辣椒片 0.1 Kg	大白菜(切片) 50 Kg 前腿肉片*米迪M 12 Kg 洋蔥(切絲) 6 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 柴魚片(600g/包) 1 包 青蔥(珠) 0.3 Kg	地瓜球(個) 1240 個 地瓜球(個)備品 60.02 個 耐炸油(18L) 1 桶	有機小松菜(切段)款哥 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	金針菇 12 Kg 雞蛋(kg)G 9 Kg 大骨*米迪M 3 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg	脂肪：115 g 27 g 蛋白質：36.3 g 熱量：848.2大卡	豆魚蛋肉類 2.9 蔬菜類 2.0 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0					
餐數 617													
5月12日 星期二	胚芽飯	BBQ醬香雞翅	蔥燒豆腐		田園四寶		油菜		筍絲大骨湯		醣類：	全穀雜糧類	5.5
		雞翅(CAS)醃 620 支 雞翅(Q)醃備 30 支	粗豆腐(大丁4.5K*狂興) 9 盤 豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 6 Kg 洋蔥(中丁) 5 Kg 青蔥(切段) 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg	玉米粒(Q) 24 Kg 馬鈴薯(小丁) 12 Kg 胡蘿蔔(小丁) 4 Kg 毛豆仁(CAS) 3 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg	履歷油菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	鮮筍(切粗絲) 21 Kg 大骨*米迪M 6 Kg 芹菜(珠) 0.5 Kg	脂肪：89.5 g 25.5 g 蛋白質：30.6 g 熱量：709.9大卡	豆魚蛋肉類 2.6 蔬菜類 1.4 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0					
餐數 617													
5月13日 星期三	白米飯	夏威夷炒飯	秘滷豬排		奶黃包		蒜香地瓜葉		味噌豆腐湯		醣類：	全穀雜糧類	6.1
		玉米粒(Q) 18 Kg 雞蛋(kg)G 18 Kg 洋蔥(中丁) 9 Kg 蝦仁(Q) 6 Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 6 Kg 胡蘿蔔(小丁) 3 Kg 鳳梨罐頭(3K*桶) 2 罐 青蔥(珠) 0.6 Kg	皇家里肌肉排(片*永新) 620 片 皇家里肌肉排(永新)備品 30 片	小奶黃包(32g*南山) 620 個 小奶黃包(32g*南山)備品 30.01 個	地瓜葉(處理好) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 7 盤 味噌(3K*盒) 2 盒 青蔥(珠) 0.5 Kg	脂肪：98 g 27.5 g 蛋白質：34.2 g 熱量：776.3大卡	豆魚蛋肉類 3.0 蔬菜類 1.0 油脂類 2.5 水果類 0.1 乳品類 0.0					
餐數 617													
5月14日 星期四	小米飯	鼓汁蒸魚	腰果雞丁		蕃茄滑蛋		木須高麗菜		羅宋湯		醣類：	全穀雜糧類	6.3
		紅旗魚丁(Q*大台中) 100 Kg 素蠔油(6K*萬家香) 1 桶 青蔥(切段) 0.5 Kg 薑絲 0.5 Kg 豆鼓(KG) 0.3 Kg	玉米粒(Q) 24 Kg 小黃瓜(小丁) 15 Kg 清雞肉丁CAS 6 Kg 生腰果N 1.5 Kg 蒜末 0.3 Kg	牛蕃茄(大丁) 31 Kg 雞蛋(kg)G 24 Kg 蕃茄醬(3L*歐美特) 1 罐 青蔥(珠) 0.5 Kg	高麗菜(切片) 50 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 木耳絲 0.6 Kg 蒜末 0.3 Kg	高麗菜(切片) 15 Kg 大骨*米迪M 6 Kg 牛蕃茄(大丁) 3 Kg 洋蔥(大丁) 3 Kg 馬鈴薯(中丁) 3 Kg 芹菜(珠) 0.5 Kg	脂肪：104 g 31 g 蛋白質：40.4 g 熱量：856.6大卡	豆魚蛋肉類 3.7 蔬菜類 1.9 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0					
餐數 617													
5月15日 星期五	白米飯	黑胡椒嫩豬柳	回鍋肉片		冬瓜燴鮮菇		炒青江菜		海芽雪花湯		醣類：	全穀雜糧類	5.0
		前腿豬柳*米迪M 45 Kg 洋蔥(粗絲) 15 Kg 胡蘿蔔(切絲) 5 Kg 黑胡椒醬(2.7K*罐) 1 罐 蘑菇醬(2.7K*罐) 1 罐 青蔥(珠) 0.5 Kg	高麗菜(切片) 27 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 6 Kg 豆干片*榮洲L 6 Kg 前腿肉片*米迪M 6 Kg 青蔥(切段) 0.6 Kg	冬瓜(中丁) 40 Kg 胡蘿蔔(切片) 3.5 Kg 生香菇(切) 2.5 Kg 木耳 1.2 Kg 蒜末 0.3 Kg	履歷青江菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	雞蛋(kg)G 12 Kg 乾海芽 0.5 Kg 薑絲 0.5 Kg	脂肪：86 g 25.5 g 蛋白質：30.4 g 熱量：695.1大卡	豆魚蛋肉類 2.6 蔬菜類 2.2 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

2026/5/5

※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具敏體質者食用。

營養師：

午餐執秘：

校長：