

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第15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18日 星期一	白米飯	匈牙利燉雞	家常豆腐	洋蔥炒蛋	有機莧菜	元氣牛蒡湯		醣類：	全穀雜糧類	5.1
		骨髓(骨髓丁CAS) 51 Kg 牛蕃茄(中丁) 9 Kg 馬鈴薯(中丁) 9 Kg 毛豆仁 3 Kg 彩椒(大丁) 1.5 Kg 蕃茄醬(3L*歐美特) 1 罐 薑片 0.3 Kg	粗豆腐(大丁4.5K*狂興) 10 盤 豬絞肉(絞肉*米迪)M 6 Kg 三色豆(CAS) 3 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg	雞蛋(kg)G 33 Kg 洋蔥(去皮) 25 Kg 青蔥(珠) 0.6 Kg	有機莧菜(切段*歐哥彰化) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	白蘿蔔(中丁) 18 Kg 中骨*陸輝 6 Kg 胡蘿蔔(中丁) 3 Kg 新鮮牛蒡(切片) 3 Kg 藥膳排骨包 3 包 薑片 0.5 Kg		85 g 脂肪： 30.5 g 蛋白質： 37.1 g 熱量： 762.9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	
5月19日 星期二	紫米飯	醬燒鴨丁	栗子燒白菜	涼拌小黃瓜	炒青江菜	冬瓜蛤仔湯		醣類：	全穀雜糧類	5.3
		鴨丁(Q) 52 Kg 凍豆腐(大丁*榮)L 20 Kg 蒜仁 0.5 Kg 薑片 0.5 Kg	大白菜(切片) 36 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 新鮮芋頭(大丁) 6 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 栗子 3 Kg 蒜末 0.5 Kg 蝦米(冬蝦) 0.3 Kg	小黃瓜(小丁) 21 Kg 水煮花生(KG)N 6 Kg 胡蘿蔔(小丁) 6 Kg 白醋(5L*穀盛) 1 桶 蒜末 0.5 Kg	履歷青江菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	冬瓜(中丁) 24 Kg 蛤仔(Q) 8 Kg 薑絲 0.5 Kg		90 g 脂肪： 21 g 蛋白質： 24.6 g 熱量： 647.4大卡	豆魚蛋肉類 1.7 蔬菜類 2.1 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
5月20日 星期三	白油麵(93k)	肉醬茄汁麵	黃金脆薯	綠野仙蹤	炒蚵白菜	巧達濃湯		醣類：	全穀雜糧類	5.4
		豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 24 Kg 牛蕃茄(大丁) 12 Kg 玉米粒(Q) 9 Kg 洋蔥(中丁) 9 Kg 胡蘿蔔(小丁) 3 Kg 蘑菇醬(2.7K*罐) 2 罐 蕃茄醬(3L*歐美特) 2 罐	薯條 40 Kg	冷凍青花菜(CAS) 45 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 生香菇(切) 3 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 蒜末 0.5 Kg	履歷蚵白菜(切段) 50 Kg 薑絲 0.5 Kg	玉米粒(Q) 12 Kg 馬鈴薯(小丁) 9 Kg 洋蔥(小丁) 7 Kg 雞蛋(kg)G 6 Kg 玉米濃湯粉(1K*小磨坊) 3 包 胡蘿蔔(小丁) 3 Kg		91.5 g 脂肪： 19.5 g 蛋白質： 22.7 g 熱量： 632.3大卡	豆魚蛋肉類 1.4 蔬菜類 2.1 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
5月21日 星期四	小米飯	蔥燒鮭魚丁	洋蔥豬柳	鮮炒春雨	履歷油菜	紅豆薏仁湯		醣類：	全穀雜糧類	5.7
		無刺鮭魚丁(T*Q)歐洲 65 Kg 洋蔥(中丁) 9 Kg 青蔥(切段) 0.5 Kg 薑絲 0.3 Kg	豆干片*榮洲L 18 Kg 前腿豬柳*米迪M 15 Kg 洋蔥(粗絲) 12 Kg 彩椒(切粗絲) 2 Kg 青蔥(切段) 1.2 Kg	豆芽菜 31 Kg 冬粉(Kg*小捆) 6 Kg 豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 3.5 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 木耳絲 1.2 Kg	履歷油菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	二砂糖(1Kg*包) 12 包 紅豆(履歷)O 12 Kg 薏仁O 6 Kg		94.5 g 脂肪： 30.5 g 蛋白質： 38.4 g 熱量： 806.1大卡	豆魚蛋肉類 3.6 蔬菜類 1.8 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
5月22日 星期五	白米飯	梅干燒肉	日式蒸蛋	塔香海茸	蒜香高麗菜	酸辣湯		醣類：	全穀雜糧類	5.0
		前腿肉丁*米迪M 42 Kg 筍乾(乾) 12 Kg 梅乾菜切絲 3.5 Kg 薑片 0.6 Kg	雞蛋(kg)G 33 Kg 生香菇(切) 3.5 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg	海茸(切小段) 35 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 九層塔 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg 薑絲 0.3 Kg	高麗菜(切片) 50 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 蒜末 0.5 Kg	脆筍絲(醃) 6 Kg 雞蛋(kg)G 5 Kg 前腿肉絲*米迪M 3 Kg 粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 3 盤 胡蘿蔔(切絲) 1.5 Kg 木耳絲 0.6 Kg		84.5 g 脂肪： 29 g 蛋白質： 35 g 熱量： 739大卡	豆魚蛋肉類 3.3 蔬菜類 1.9 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/5/12

※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：