

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第17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		
6月1日 星期一	白米飯	酸白菜肉鍋	滷油腐(加)	田園珠寶盒	有機味美菜	紫菜蛋花湯		醣類:	全穀雜糧類	6.5
		酸白菜(600g) 2包 素米血(450g*龍味奇)N 1包 大白菜(切片) 1Kg 百頁豆腐*彰南N 1Kg 非基改豆皮角 1Kg 金針菇 0.6Kg	大三角油豆腐(50g*個)滷L 30個 滷包 1個	玉米粒(Q) 1Kg 馬鈴薯(小丁) 0.8Kg 胡蘿蔔(小丁) 0.3Kg 毛豆仁 0.2Kg	薑絲 0.5Kg 有機味美菜(切*款哥) Kg	乾海芽 Kg 雞蛋(kg)G Kg		104g	豆魚蛋肉類	2.0
餐數	30							脂肪:	蔬菜類	1.3
								22.5g	油脂類	2.5
								蛋白質:	水果類	0.0
								28.3g	乳品類	0.0
								熱量:		
								731.7大卡		
6月2日 星期二	糙米飯	照燒素干貝	嫩炒桂竹筍	香滷海帶片	履歷油菜(78)	冬瓜珍珠		醣類:	全穀雜糧類	6.7
		素干貝N 1.5Kg 素燒烤醬(230g*菇王)N 1罐 乾海芽(兩) 1兩 小黃瓜 1Kg 玉米粒罐-小 1罐 胡蘿蔔 0.5Kg	素皮絲(KG)N 0.6Kg 木耳絲 Kg 桂竹筍(切段) Kg	海帶片 30片 滷包 0.01個	履歷油菜(切段) Kg	冬瓜糖塊 個 二砂糖(1Kg*包) 包 粉圓(3K*包) 包		104.5g	豆魚蛋肉類	0.5
餐數	30							脂肪:	蔬菜類	0.8
								15g	油脂類	2.5
								蛋白質:	水果類	0.0
								17.7g	乳品類	0.0
								熱量:		
								623.8大卡		
6月3日 星期三	白米飯	麻油猴頭菇	滷蛋	豆皮白菜	炒花椰菜	黃瓜湯		醣類:	全穀雜糧類	5.5
		麻油猴頭菇包(0.6k*包)N 2包 凍豆腐(kg*榮)L 1.5Kg 美白菇 0.8Kg 鴻喜菇 0.8Kg	滷蛋(粒) 30個 滷包(袋) 袋	大白菜(切片) 2.5Kg 非基改豆皮(條) 2條 胡蘿蔔(切絲) 0.3Kg 木耳絲 0.2Kg	冷凍青花菜(CAS) Kg 胡蘿蔔(去皮) Kg	素羊肉(大順600g*包)N 1包 胡瓜(切片) Kg 薑片 Kg		90g	豆魚蛋肉類	2.6
餐數	30							脂肪:	蔬菜類	1.5
								25.5g	油脂類	2.5
								蛋白質:	水果類	0.0
								30.7g	乳品類	0.0
								熱量:		
								712.3大卡		
6月4日 星期四	五穀飯	燒烤素燒	蜜汁豆干	銀絲卷(冷主)	地瓜葉	蘿蔔湯(27)		醣類:	全穀雜糧類	8.2
		素魚豆腐N 1.2Kg 素蜜汁烤肉醬(小)N 1瓶 熟白芝麻(兩) 1兩 櫛瓜 0.6Kg 杏鮑菇 0.3Kg 素鹽酥雞(KG)N 0.3Kg 生香菇 0.2Kg	大溪黑豆干(12丁*榮)L 1.5Kg 滷包 0.01個 麥芽糖(600g*罐) 罐 熟白芝麻 Kg	小銀絲卷(40g*大家) 30個	地瓜葉(處理好) Kg	素丸子(KG)N 0.6Kg 白蘿蔔(中丁) Kg 芹菜(珠) Kg		125g	豆魚蛋肉類	1.6
餐數	30							脂肪:	蔬菜類	0.4
								20.5g	油脂類	2.5
								蛋白質:	水果類	0.0
								28g	乳品類	0.0
								熱量:		
								796.5大卡		
6月5日 星期五	白米飯	豆筍肉燥	蕃茄炒蛋	馬拉糕	豆芽菜	冬瓜湯		醣類:	全穀雜糧類	6.5
		豆筍(KG*泡水)N 4Kg 素肉燥(600g*包)N 1包	牛蕃茄(大丁) Kg 雞蛋(kg)G Kg 蕃茄醬(3K*罐)可來美(德勝) 罐	卡好馬拉糕(50g*桂冠) 30個	木耳絲 Kg 豆芽菜 Kg 胡蘿蔔(切絲) Kg	素羊肉(大順600g*包)N 1包 金針菇 0.5Kg 冬瓜(中丁) Kg 薑絲 Kg		98.5g	豆魚蛋肉類	3.8
餐數	30							脂肪:	蔬菜類	0.2
								31.5g	油脂類	2.5
								蛋白質:	水果類	0.0
								39.8g	乳品類	0.0
								熱量:		
								836.7大卡		

豐成食品工廠 電話: 04-8613339 傳真: 04-8613336

2026/5/26

※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: