

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第18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		
6月8日 星期一	白米飯 (616+22)	鮑菇燒雞	日式關東煮	椒鹽毛豆莢	有機蚵白菜	魚丸湯	履歷豆奶(中央)	醣類： 84.5 g 脂肪： 28.5 g 蛋白質： 34.3 g 熱量： 731.7大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.0 3.2 1.9 2.5 0.0 0.0
		前腿(胛腿丁CAS) 52 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 12 Kg 胡蘿蔔(中丁) 3 Kg 蒜仁 0.4 Kg 薑片 0.4 Kg 九層塔 0.3 Kg	白蘿蔔(中丁) 20 Kg 凍豆腐(大丁*榮)L 15 Kg 海帶結 6 Kg 生香菇(切) 3 Kg 柴魚片(300g/包) 1 包 非基改豆皮(1.8K*袋)N 1 袋	毛豆莢(CAS) 27 Kg 粗粒黑胡椒(600g*包) 1 包 蒜末 0.5 Kg	有機蚵白菜(切段*軟哥) 50 Kg 薑絲 0.4 Kg	小虱目魚丸(Q) 15 Kg 薑絲 0.3 Kg				
6月9日 星期二	糙米飯 (616+22)	糖醋排骨	滑嫩蒸蛋	塔香海帶	彩繪高麗菜	冬瓜排骨湯		醣類： 84 g 脂肪： 25.5 g 蛋白質： 30 g 熱量： 685.5大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.0 2.6 1.8 2.5 0.0 0.0
		前腿肉丁*貴美M 30 Kg 小排骨*米迪M 17 Kg 洋蔥(中丁) 10 Kg 彩椒(切片) 3 Kg 蕃茄醬(3L*歐美特) 1 罐 蒜末 0.5 Kg 熟白芝麻 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 40 Kg 素食高湯(3K*品高) 1 桶	海帶結 33 Kg 肉絲*貴美M 6 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.2 Kg 九層塔 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg	高麗菜(切片) 40 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2.5 Kg 蒜末 0.3 Kg	冬瓜(中丁) 24 Kg 中骨*陸輝 6 Kg 薑片 0.3 Kg				
6月10日 星期三	白米 (616+22)	雞茸玉米粥	茄汁熱狗	滷蛋	韭香銀芽	潛艇堡		醣類： 100.5 g 脂肪： 25.5 g 蛋白質： 31.9 g 熱量： 759.1大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	6.4 2.6 0.9 2.5 0.0 0.0
		雞絞肉(KG*CAS)罐陸 21 Kg 高麗菜(粗絲) 15 Kg 玉米粒(Q) 12 Kg 雞蛋(kg)G 9 Kg 芹菜(珠) 0.3 Kg	蕃茄醬包(包) 680.02 包 中熱狗(不裹粉) 616 支 中熱狗(不裹粉)備品 30 支	滷蛋(粒) 616 個 滷蛋(粒)備品 30 粒 滷包 3 個	豆芽菜 40 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2 Kg 韭菜(切段) 0.5 Kg 蒜仁 0.3 Kg	大亨堡皮(*陳) 616 個 大亨堡皮(*陳)備 15 個				
6月11日 星期四	蕎麥飯 (505+20)	蔥燒魚丁	泡菜炒年糕	五彩干絲	炒青江菜	仙草蜜		醣類： 84 g 脂肪： 28.5 g 蛋白質： 34.3 g 熱量： 729.7大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	4.9 3.2 2.1 2.5 0.0 0.0
		鯊魚(切丁*CAS) 70 Kg 洋蔥(中丁) 4.5 Kg 青蔥(切段) 0.5 Kg 薑絲 0.3 Kg	大白菜(切片) 35 Kg 韓國年糕絲(500g*包) 12 包 肉片*貴美M 6 Kg 洋蔥(中丁) 5 Kg 韓式泡菜(3K*包) 2 包 非基改豆皮角(1.8KS代)N 1 袋 蒜末 0.3 Kg	海帶絲(切段) 22 Kg 白豆干絲(Kg*榮洲)L 10 Kg 芹菜(切段) 3 Kg 金針菇 3 Kg 蒜末 0.3 Kg	履歷青江菜(切段) 42 Kg 蒜末 0.3 Kg	二砂糖(1Kg*包) 12 包 仙草凍(5K*包)榮L 10 包				
6月12日 星期五	白米飯 (505+20)	可樂豬腳	麻婆豆腐	紅絲炒蛋	蒜香油菜	海芽薑絲湯		醣類： 82 g 脂肪： 32 g 蛋白質： 38.7 g 熱量： 770.8大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.0 3.9 1.4 2.5 0.0 0.0
		豬腳丁*貴美M 21 Kg 前腿肉丁*貴美M 18 Kg 白蘿蔔(中丁) 8 Kg 胡蘿蔔(中丁) 4.5 Kg 可樂(2L*大) 1 瓶 蒜仁 0.3 Kg 薑片 0.3 Kg	薄豆腐(大丁4.2K)L 7 盤 粗絞肉*貴美M 5 Kg 洋蔥(中丁) 4 Kg 辣豆瓣醬(3K*十全) 1 桶 青蔥(珠) 0.4 Kg	雞蛋(kg)G 25 Kg 胡蘿蔔(切絲) 15 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg	履歷油菜(切段) 42 Kg 蒜末 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 4.5 Kg 大骨*米迪M 1.5 Kg 乾海芽 0.4 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg 薑絲 0.3 Kg				

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/6/2

※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：