

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第19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15日 星期一	白米飯	橙汁雞丁	偽章魚燒	嫩炒桂竹筍	有機蚵白菜	紫菜蛋花湯		糖類： 105 g 脂肪： 27.5 g 蛋白質： 35.5 g 熱量： 809.5大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣	6.5 3.0 1.5 2.5 0.0 0.0 80.3mg
		鸡腿(鸡腿丁CAS) 45 Kg 洋葱(去皮) 4 Kg 美粒果柳橙汁(1250mL) 3 瓶 彩椒 2 Kg 薑片 0.3 Kg	魷魚丸(個*CAS) 505 個 魷魚丸(個*CAS)備品 20 個 柴魚片(110g/包) 1 包 日式照燒醬(1.8L*裝盛) 1 罐	桂竹筍(切段) 26 Kg 肉絲*貴美M 5 Kg 木耳絲 1 Kg	有機蚵白菜(切段*軟哥) 42 Kg 薑絲 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 12 Kg 紫菜(150g) 2 個				
6月16日 星期二	糙米飯	馬鈴薯燉肉	胡瓜菇菇	香腸	炒高麗菜	酸辣湯		糖類： 107 g 脂肪： 30 g 蛋白質： 39.2 g 熱量： 854.8大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣	6.7 3.5 1.3 2.5 0.0 0.0 51.3mg
		前腿肉丁*貴美M 33 Kg 馬鈴薯(中丁)手切 20 Kg 小干切四丁(調味用*菜L) 7 Kg 青蔥(切段) 0.5 Kg 熟黑芝麻 0.3 Kg	胡瓜(切片) 30 Kg 肉絲*貴美M 4 Kg 秀珍菇 3 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2 Kg 木耳絲 1.2 Kg 蒜末 0.3 Kg	香腸(CAS*條) 505 條 香腸(CAS*條)備 20 條 沙拉油(18L*桶) 1 桶	高麗菜(切片) 24 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.5 Kg 蒜末 0.5 Kg	脆筍絲(醃) 4.5 Kg 雞蛋(kg)G 4 Kg 前腿肉絲*米迪M 2.5 Kg 粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 2 盤 胡蘿蔔(切絲) 1.2 Kg 木耳絲 0.5 Kg				
6月17日 星期三	拉麵	日式博多豚肉	草莓銀絲卷	香滷海帶片	履歷青江菜	鍋燒雞白湯		糖類： 74 g 脂肪： 19 g 蛋白質： 19.5 g 熱量： 545大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣	4.4 1.3 1.6 2.5 0.0 0.0 139.5mg
		小烏龍麵(盛家) 70 Kg 火鍋肉片*貴美 15 Kg 高麗菜(切片) 13 Kg 洋葱(去皮) 7.5 Kg 玉米粒(Q) 5 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg 乾海芽 0.3 Kg	草莓銀絲卷(25g*) 505 個 草莓銀絲卷(25g*備品) 20 個	海帶片 505 片 海帶片備品 20 片 滷包 3 個	履歷青江菜(切段) 42 Kg 蒜末 0.3 Kg	白蘿蔔(中丁) 12 Kg 大骨*米迪M 10 Kg 竹輪(國產) 10 Kg 履歷豆漿(5K*榮洲) 5 包 柴魚片(600g/包) 1 包 海苔絲(100g) 1 包				
6月18日 星期四	白米飯	虱目魚排	泰式打拋豬	滷蛋	履歷蚵白菜	仙草蜜		糖類： 103 g 脂肪： 30.5 g 蛋白質： 39.3 g 熱量： 843.7大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣	6.5 3.6 1.1 2.5 0.0 0.0 104.5mg
		虱目魚排CAS(拾拾*60g) 505 片 虱目魚排CAS拾拾*60g備品 20 片	粗絞肉*貴美M 24 Kg 洋葱(中丁) 15 Kg 魚露(500g*瓶) 1 瓶 蒜仁 0.3 Kg 九層塔 0.2 Kg 紅辣椒 0.2 Kg	滷蛋(粒) 505 個 滷蛋(粒)備品 20 粒 滷包 3 個	履歷蚵白菜(切段) 42 Kg 薑絲 0.5 Kg	仙草凍(5k*包)榮L 10 包 二砂糖(1Kg*包) 6 包				
月 日 星期 五								糖類： #VALUE! 脂肪： #VALUE! 蛋白質： #VALUE! 熱量： #VALUE!	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣	2.5

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/6/9

※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：