

S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第21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29日 星期一	芝麻飯(0.5K7)	波士頓雞翅 <small>卜絲燒烤雞翅W7(CAS)</small> 505 支 <small>卜絲燒烤雞翅W7(CAS)備</small> 20 支	麻婆豆腐(144) 粗豆腐(大丁尺四*4.7K/L) 6 盤	蝦仁玉米 玉米粒(Q) 15 Kg	有機黑葉白菜 有機黑葉白菜*欽哥 42 Kg	海芽蛋花湯(4) 雞蛋(kg)G 6.5 Kg		醣類： 112.5 g	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類	7.1 6.5
餐數	505		洋蔥(去皮) 3 Kg 粗絞肉*貴美M 3 Kg 胡蘿蔔(去皮) 1.5 Kg 豆瓣醬(3K*十全) 1 桶 青蔥 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg	洋蔥(中丁) 7.5 Kg 蝦仁(Q) 6 Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 3 Kg 毛豆仁 2 Kg 胡蘿蔔(小丁) 2 Kg	薑絲 0.2 Kg	青蔥 0.3 Kg 乾海芽 0.3 Kg		脂肪： 45 g	蔬菜類 油脂類	1.2 2.5
								蛋白質： 60.9 g	水果類 乳品類	0.0 0.0
								熱量： 098.6大卡	鈣	65.5mg
6月30日 星期二	糙米飯	蒙古烤肉(164) 前腿肉片*米迪M 33 Kg 高麗菜(切片) 7 Kg 豆干片*榮洲L 6 Kg 洋蔥(中丁) 4 Kg 蒜末 0.3 Kg	滷三角豆腐 中三角油豆腐(34g*個)榮L 505 個 中三角油豆腐(34g)榮備品L 20.01 個 滷包 2 個	蕃茄滑蛋 牛蕃茄(大丁) 24 Kg 雞蛋(kg)G 18 Kg 蕃茄醬(3L*歐美特) 1 罐 青蔥(珠) 0.5 Kg	蒜香高麗菜 高麗菜(剖半) 24 Kg 胡蘿蔔(去皮) 1 Kg 蒜末 0.3 Kg	檸檬愛玉 二砂糖(1Kg*包) 12 包 愛玉(5K*包)榮L 11 包 現榨檸檬汁(950ml)先生 2 瓶		醣類： 91.5 g	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類	5.7 3.2
餐數	505							脂肪： 28.5 g	蔬菜類 油脂類	1.2 2.5
								蛋白質： 35 g	水果類 乳品類	0.0 0.0
								熱量： 762.5大卡	鈣	897.3mg
月 日 星期三								醣類： #VALUE!	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類	2.5
餐數								脂肪： #VALUE!	蔬菜類 油脂類	
								蛋白質： #VALUE!	水果類 乳品類	
								熱量： #VALUE!	鈣	
月 日 星期四								醣類： #VALUE!	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類	2.5
餐數								脂肪： #VALUE!	蔬菜類 油脂類	
								蛋白質： #VALUE!	水果類 乳品類	
								熱量： #VALUE!	鈣	
月 日 星期五								醣類： #VALUE!	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類	2.5
餐數								脂肪： #VALUE!	蔬菜類 油脂類	
								蛋白質： #VALUE!	水果類 乳品類	
								熱量： #VALUE!	鈣	

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/6/15

※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：