

# 彰化縣線西鄉線西國小 111學年度第一學期第5週菜單內容明細表

材料用量

日期	主食	主菜		副菜		青菜		湯		水果	營養分析				
		菜名	數量	菜名	數量	菜名	數量	菜名	數量		醣類(g)	主食類	其他		
9月26日 星期一	白米飯	蔥爆豬柳		蟹黃燒賣		青蔥菜脯蛋		炒油菜		冬瓜薑絲湯		醣類(g)	主食類	6	
		前腿豬柳*溫	48Kg	蟹黃燒賣(20g*奇美CAS) 640個		雞蛋(kg)	40Kg	油菜(切段)	45Kg	冬瓜(中丁)	27Kg	97.5	豆魚肉蛋類	2.8	
		洋蔥(粗絲)	10Kg				碎脯	5Kg	蒜末	0.5Kg	小排骨肉多*溫	6Kg	脂肪(g)	蔬菜類	1.5
		豆干(豆干片非基改)X	8Kg				青蔥(珠)	0.5Kg			薑絲	0.4Kg	20.9	油脂類	2.5
		青蔥(切段)	1Kg										蛋白質(g)	水果類	0
		蒜仁	0.6Kg									33.1	奶類	0	
		餐數	615									熱量(大卡)		710.5	
9月27日 星期二	胚芽飯	卡拉雞排		漁香豆腐		小黃瓜彩繪		炒蚵白菜		紫菜蛋花湯		醣類(g)	主食類	6	
		無骨香雞排(60片*片)100g 640片		粗豆腐(小丁尺四)5K 7盤		小黃瓜(切片)	33Kg	蚵仔白菜(切段)	45Kg	雞蛋(kg)	15Kg	97.5	豆魚肉蛋類	2.8	
		沙拉油(18L*台糖) 2桶		豬絞肉(粗絞肉*溫) 5Kg		前腿肉絲*陸輝	12Kg	薑絲	0.5Kg	紫菜(150g)	3個	脂肪(g)	蔬菜類	1.5	
		香辣椒鹽粉(600g*小磨坊) 1盒		三色豆(CAS) 3Kg		秀珍菇	6Kg			青蔥(珠)	1Kg	20.9	油脂類	2.5	
				辣豆瓣醬(3K*桶) 1桶		胡蘿蔔(切片)	5Kg						蛋白質(g)	水果類	0
		青蔥(珠)	0.5Kg	青蔥(切段)	0.6Kg	蒜仁	0.5Kg				33.1	奶類	0		
		蒜末	0.5Kg								熱量(大卡)			710.5	
9月28日 星期三	烏龍麵	日式烏龍麵		雙色地瓜球		培根綠花椰		炒大陸妹		什錦湯		醣類(g)	主食類	5.5	
		小烏龍麵	90Kg	地瓜球(個) 1320個		冷凍青花菜(CAS) 33Kg		大陸妹(切段)	45Kg	大白菜(切片)	23Kg	90	豆魚肉蛋類	2.7	
		前腿肉絲*溫	15Kg				碎培根(黑橋)	5Kg	蒜末	0.3Kg	魚板絲(國產)	6Kg	脂肪(g)	蔬菜類	1.5
		洋蔥(切絲)	6Kg				胡蘿蔔(切片)	1.5Kg			胡蘿蔔(切絲)	3Kg	20.6	油脂類	2.5
		生香菇(切)	3Kg				蒜末	0.3Kg					蛋白質(g)	水果類	0
		青蔥(珠)	0.6Kg								31.4	奶類	0		
		餐數	615								熱量(大卡)			671	
9月29日 星期四	五穀飯	蒲燒鱸魚		紅燒獅子頭		八寶肉醬		炒有機小松菜		檸檬愛玉		醣類(g)	主食類	5.5	
		蒲燒鱸魚(片*Q)玖班 640片		獅子頭(30g*CAS) 640個		豬絞肉(絞肉*溫) 20Kg		有機小松菜(切段) 45Kg		二砂糖(1Kg*包) 16包		92.5	豆魚肉蛋類	3.2	
						筍茸	15Kg	蒜末	0.3Kg	愛玉(5K*包) 15包		脂肪(g)	蔬菜類	2	
						碎豆干丁*榮洲	12Kg			現榨檸檬汁(1000ml) 2瓶		23.6	油脂類	2.8	
						洋蔥(去皮)	6Kg					35.4	蛋白質(g)	水果類	0
				胡蘿蔔(去皮)	3Kg					724	熱量(大卡)			0	
		青蔥	0.6Kg												
		蒜末	0.3Kg												
		餐數	615												
9月30日 星期五	白米飯	香酥魚條		瓜仔肉燥		絲瓜燴金針		彩繪高麗菜		蘿蔔豚骨湯		醣類(g)	主食類	5	
		風味魚塊(條*海寶)Q 1920條		豬絞肉(絞肉*溫) 40Kg		絲瓜(切片)	50Kg	高麗菜(切片)	45Kg	白蘿蔔(中丁)	30Kg	85	豆魚肉蛋類	3	
		沙拉油(18L*台糖) 2桶		豆干丁*榮洲 9Kg		金針菇	15Kg	胡蘿蔔(切絲)	3Kg	小排骨肉多*溫	9Kg	脂肪(g)	蔬菜類	2	
		香辣椒鹽粉(600g*小磨坊) 1盒		碎瓜 9Kg		青蔥(珠)	0.6Kg	蒜仁	0.5Kg	芹菜(珠)	0.6Kg	21.5	油脂類	2.5	
				油蔥酥(600g) 2包		枸杞	0.3Kg					33	蛋白質(g)	水果類	0
		青蔥(珠)	0.5Kg	蒜末	0.3Kg						33	奶類	0		
		蒜仁	0.5Kg	蝦米	0.2Kg						665.5	熱量(大卡)			
		餐數	615												

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

製表日期：

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉