

彰化縣線西鄉線西國小 111學年度第一學期第17週午餐菜單內容明細表

材料用量

日期	主食	主菜	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析		
12月19日 星期一	白米飯	滷雞腿	燒白菜	蟹黃燒賣	油菜	蘿蔔排骨湯		醣類(g)	主食類	5.3
		棒棒腿D6*CAS*醃 640支 青蔥(切段) 0.3Kg 薑片 0.3Kg	大白菜(切片) 50Kg 前腿肉絲*米迪 9Kg 栗子 5Kg 胡蘿蔔(切片) 2.5Kg 非基改豆皮(1.8K*袋)N 1袋 蒜末 0.6Kg 蝦米(冬蝦) 0.6Kg	蟹黃燒賣(20g*奇美CAS) 640個	油菜(切段) 55Kg 蒜仁 0.5Kg	白蘿蔔(中丁) 20Kg 小排骨*米迪 6Kg 胡蘿蔔(中丁) 2.5Kg 老薑片 0.5Kg		90.5 脂肪(g) 21.6 蛋白質(g) 31.7 熱量(大卡) 683.2	豆魚肉蛋類 2.7 蔬菜類 2.2 油脂類 2.7 水果類 0 奶類 0	
餐數	650									
12月20日 星期二	十穀飯	瓜仔肉燥	塔香海草	蘋果派	菠菜	養生山藥湯		醣類(g)	主食類	5.3
		前腿絞肉*米迪 45Kg 碎瓜 10Kg 胡蘿蔔(小丁) 3.5Kg 青蔥(珠) 1Kg	海草(切小段) 39Kg 前腿肉絲*米迪 6Kg 胡蘿蔔(切絲) 3Kg 蒜末 0.4Kg 薑絲 0.4Kg 九層塔 0.3Kg	蘋果派(國產) 660條 耐炸油(18L)泰山 2桶	菠菜(切段) 58Kg 蒜仁 0.5Kg	山藥(中丁) 27Kg 小排骨*米迪 9Kg 四神包 7包 老薑片 0.6Kg 枸杞 0.3Kg		90.5 脂肪(g) 21.6 蛋白質(g) 31.7 熱量(大卡) 683.2	豆魚肉蛋類 2.7 蔬菜類 2.2 油脂類 2.7 水果類 0 奶類 0	
餐數	650									
12月21日 星期三	麵	義大利肉醬麵	麥克雞塊	魯魷魚丸	炒蚵仔白菜	玉米蛋花湯		醣類(g)	主食類	5
		白油麵 108Kg 前腿絞肉*米迪 27Kg 牛蕃茄(中丁) 25Kg 洋蔥(中丁) 12Kg 三色豆(CAS) 6Kg 蘑菇醬(2.7K*罐) 2罐 黑胡椒醬(2.7K*罐) 1罐	麥克雞塊(個) 1280個 耐炸油(18L)泰山 1桶	魷魚丸(個*CAS) 640個 滷包 4個	蚵仔白菜(切段) 55Kg 薑絲 0.5Kg	玉米粒(Q) 9Kg 雞蛋(kg) 9Kg 大骨*米迪 5Kg 青蔥(珠) 0.5Kg		85 脂肪(g) 21.6 蛋白質(g) 30.9 熱量(大卡) 658	豆魚肉蛋類 2.7 蔬菜類 2 油脂類 2.7 水果類 0 奶類 0	
餐數	660									
12月22日 星期四	胚芽飯	香酥虱目魚排	蔥燒豬柳	滷蛋	有機苜荊菜	暖心紅豆湯圓		醣類(g)	主食類	6
		虱目魚排CAS(恰恰*60g) 640片 耐炸油(18L)泰山 2桶 香辣椒鹽粉(600g*小磨坊) 1盒	豆干片*榮洲 20Kg 前腿豬柳*米迪 20Kg 洋蔥(粗絲) 18Kg 青蔥(切段) 1.2Kg	滷蛋(粒) 660個 滷包 5個	有機苜荊菜(切段)*義庄 55Kg 蒜仁 0.5Kg	小紅白湯圓(0.6k/包) 25包 紅豆(Q) 15Kg 二砂糖(1Kg*包) 12包		97.5 脂肪(g) 19.4 蛋白質(g) 29.6 熱量(大卡) 683	豆魚肉蛋類 2.3 蔬菜類 1.5 油脂類 2.5 水果類 0 奶類 0	
餐數	660									
12月23日 星期五	白米飯 (-315)	梅干燒肉	香腸	蔥燒豆腐	高麗菜	榨菜肉絲湯		醣類(g)	主食類	5.5
		前腿肉丁*米迪 24Kg 梅乾菜切絲 7Kg 筍乾(濕) 6.5Kg 薑片 0.3Kg	香腸(CAS*條) 360條	粗豆腐(小丁尺四)5K 6盤 豬絞肉(粗絞肉*溫) 3Kg 青蔥(珠) 0.3Kg 蒜末 0.3Kg	高麗菜(切片) 30Kg 胡蘿蔔(切絲) 1Kg 蒜末 0.2Kg	榨菜絲(醃) 8.4Kg 前腿肉絲*米迪 3.4Kg 薑絲 0.3Kg		91.5 脂肪(g) 21.9 蛋白質(g) 32.4 熱量(大卡) 692.7	豆魚肉蛋類 2.8 蔬菜類 1.8 油脂類 2.7 水果類 0 奶類 0	
餐數	360									

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336
※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

製表日期:

營養師:

午餐執秘:

校長: