

彰化縣線西鄉線西國小 111學年度第一學期第19週午餐菜單內容明細表-素

材料用量

日期	主食	主菜		副菜	青菜	湯	水果	營養分析			
		主菜	主菜					醣類(g)	主食類		
1月3日 星期二	小米飯	花雕雞		洋芋四寶	蘋果派	蒜香花椰	海芽蛋花湯	710.5	97.5	2.8	1.5
		素雞丁(濕)N 1.5Kg	碎豆干丁*榮洲 1Kg	蘋果派(國產)素 30條	薑絲 0.6Kg	乾海芽 0Kg					
		生香菇(切) 0Kg	玉米粒(Q) 0Kg		冷凍青花菜(CAS) 0Kg	雞蛋(kg) 0Kg					
		胡蘿蔔(切片) 0Kg	胡蘿蔔(小丁) 0Kg		胡蘿蔔(切片) 0Kg						
		凍豆腐(大丁*榮) 0Kg	馬鈴薯(小丁) 0Kg								
		高麗菜(切片) 0Kg									
薑片 0Kg											
餐數	22										
1月4日 星期三	拉麵	什錦札饅(拉麵)		黃金豆包	黃金棒棒腿	蒜香高麗菜	札饅味噌湯	710.5	97.5	2.8	1.5
		素魚板絲(KG)N 1Kg	炸豆包(個*彰南)N 30個	素龍鳳腿(支*彰南)N 30支	胡蘿蔔(切絲) 0Kg	生香菇(切) 0.6Kg					
		小烏龍麵 0Kg		滷包 1個	高麗菜(切片) 0Kg	胡蘿蔔(切片) 0.3Kg					
		玉米粒(Q) 0Kg				味噌(3K*盒) 0盒					
		豆芽菜 0Kg				素火腿1條					
餐數	22										
1月5日 星期四	五穀飯	素海鮮排		白醬馬鈴薯	三杯菇菇	芹香銀芽	玉米濃湯	731	105	2.7	1.5
		素海鮮排(片)N 30片	冷凍青花菜(CAS) 2Kg	杏鮑菇(頭切片) 1Kg	芹菜(切段) 0.3Kg	康寶(素)金黃玉米濃湯包 2包					
			康寶(素)金黃玉米濃湯包 2包	美白菇 0.8Kg	豆芽菜 0Kg	玉米粒(Q) 0Kg					
			奶油(100g) 1條	鴻喜菇 0.8Kg	胡蘿蔔(切絲) 0Kg	胡蘿蔔(小丁) 0Kg					
			馬鈴薯(大丁) 0.6Kg	薑片 0.1Kg		馬鈴薯(小丁) 0Kg					
			新鮮玉米(切段) 0.6Kg			雞蛋(kg) 0Kg					
餐數	22										
1月6日 星期五	白米飯	麻油腰花		滷蛋	紅燒獅子頭	美生菜	彭湃燒仙草	724	92.5	3.2	2.8
		素米血(450g*龍味奇)N 2包	滷包 1個	素獅子頭(大)N 30個	美生菜(切段) 0Kg	二砂糖(1Kg*包) 0包					
		素腰花(600g*包)N 2包	滷蛋(粒) 1個			仙草原汁(5K*包)榮 0包					
		枸杞(兩) 1兩				地瓜(小丁) 0Kg					
		麻油(3L*桶) 1桶				粉圓 0Kg					
		杏鮑菇 0.6Kg				綠豆 0Kg					
餐數	22										
1月7日 星期六	白米飯	藥膳猴頭菇		冰心地瓜	魯油豆腐	蒜香有機高麗菜	九尾草雞湯	665.5	85	3	2.5
		麻油猴頭菇包(0.6k) X 2.4包	冰心地瓜(條*Q) 30條	大四角油豆腐(55g*個)榮 1個	有機高麗菜(片) 0Kg	霸王狗尾雞(60g*新光) 1包					
		百頁豆腐(12丁*榮) 1.2Kg		滷包 1個	胡蘿蔔(切絲) 0Kg	素皮絲(泡水切)N 0.6Kg					
		杏鮑菇(切塊) 0.6Kg				白蘿蔔(中丁) 0Kg					
		美白菇 0.6Kg				秀珍菇 0Kg					
						紅棗 0Kg					
餐數	22										

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

營養師：

午餐執秘：

校長：