

0098 彰化縣線西鄉線西國小 111學年度第2學期第8週素食菜單

材料用量

9車

| 日期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 副菜 | 副菜 | 湯 | 水果 | 營養分析 |
|------|------|--|--|---|---|--|----|---|
| 月 | | | | | | | | |
| 日 | | | | | | | | |
| 月 | | | | | | | | |
| 日 | | | | | | | | |
| 月 | | | | | | | | |
| 日 | | | | | | | | |
| 4月6日 | 白米飯 | 素炸鮮香菇 濕香菇(QR) 2.8 公斤 素食用酥炸粉(1K/包) 1 包 | 炒桂竹筍 非基改素皮絲 0.3 公斤 新鮮辣椒 0 公斤 木耳(切絲) 0 公斤 熟桂竹筍(切)淨重 0 公斤 紅蘿蔔(切絲) 0 公斤 | 炸茄子 茄子 3 公斤 九層塔(兩) 1 兩 | 炒高麗菜 燕絲(一週用量)0.6K/包 0.5 包 紅蘿蔔(切絲) 0 公斤 高麗菜(切實重) 0 公斤 | 仙草蜜 二砂台糖(1K/包) 0 包 仙草蜜(5K/桶) 0 桶 | | 熱量： 819大卡 醣類： 115.1 g 脂肪： 24.3 g 蛋白質： 30.7 g |
| 餐數 | 20 | 全穀雜糧類:3.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.8份 蔬菜類:3.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份 | | | | | | |
| 4月7日 | 五穀米飯 | 素雞翅 素雞翅(pc) 20 支 素雞翅(pc-備品) 5 支 | 西芹炒鮮菇 杏鮑菇A(切片) 0.6 公斤 玉米筍 0.3 公斤 紅蘿蔔(切片) 0 公斤 袖珍菇(QR) 0 公斤 西芹菜(切片) 0 公斤 | 茶香滷豆干 滷包小磨坊(50g(小包)) 1 包 八角(K) 0 公斤 小豆干(1/4非基改) 0 公斤 濕香菇(小朵)(QR) 0 公斤 紅茶包小(標示日期) 0 包 香菜(150g/把) 0 把 | 炒有機青油菜 有機青油菜(非切實重) 0 公斤 | 紫菜蛋花湯 紫菜 0 公斤 薑絲(0.6K/包) 0 包 蛋(春明) 0 公斤 | | 熱量： 738大卡 醣類： 107.1 g 脂肪： 22.6 g 蛋白質： 33.4 g |
| 餐數 | 20 | 全穀雜糧類:7.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.1份 蔬菜類:0.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份 | | | | | | |

豬肉來源:台灣(豬肉可食部位原料原產地皆為台灣)

承富實業股份有限公司 電話:04-8831965 傳真:04-8832612

2023/3/25 10:06

營養師：

午餐秘書：

校長：