

0098 彰化縣線西鄉線西國小 111學年度第2學期第18週午餐菜單

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
6月12日 星期一	白米飯(609+20素)	蔥燒水晶雞	蕃茄豆腐	珍珠丸子	炒小白菜	關東煮湯	履歷豆奶(獎勵金529+10)	熱量： 686大卡 醣類： 95.8 g 脂肪： 22.2 g 蛋白質： 26.4 g
		骨髓丁(CAS) 54 公斤 洋蔥(切中丁) 12 公斤 鴻喜菇(QR) 3 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	蛋(春明) 12 公斤 豆腐(非基改切中丁)4(45K) 7 板 蕃茄丁罐頭(2.5K/罐) 6 罐 蔥花 1 公斤 蕃茄醬(3K)可果美 1 罐	珍珠丸子(25g)國產 609 粒 珍珠丸子(25g)備品-國產 30 粒 玻璃紙(包)50入 1 包	小白菜(切實重) 55 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	菜頭(切中丁) 15 公斤 玉米條(去蒂)公司切塊 9 公斤 大骨(CAS) 6 公斤 貢丸(小)(國產) 6 公斤 黑輪條(小)(如記) 6 公斤 柴魚片大(600g) 1 包		
餐數 629	全穀雜糧類:4.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份							
6月13日 星期二	燕麥飯(6K)	家鄉肉燥	香腸	滷細嫩油腐	炒青江菜	紫菜蛋花湯		熱量： 704大卡 醣類： 98.7 g 脂肪： 22.0 g 蛋白質： 30.3 g
		絞肉香里 45 公斤 碎瓜 12 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	香腸(CAS) 609 條 香腸(CAS)備品 30 條 沙拉油(18L) 1 桶	非基改細嫩油豆腐(大-pc) 609 個 非基改細嫩油豆腐(備品) 30 個 滷包小薯粉(30g)(小包) 6 包	青江菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	蛋(春明) 9 公斤 紫菜 0.6 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包		
餐數 629	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份							
6月14日 星期三	紅麵線(20K)	茶香滷豆干	蜂蜜蛋糕	黑米糕捲(*1)	炒有機A菜	肉羹麵線糊湯		熱量： 763大卡 醣類： 102.0 g 脂肪： 23.5 g 蛋白質： 36.2 g
		非基改黑豆干(大)2(無糖) 50 公斤 滷包小薯粉(30g)(小包) 6 包 紅茶包小 6 包 香菜(150g/把) 1 把	蜂蜜蛋糕(6(標示日期)) 609 個 蜂蜜蛋糕(6)備品 30 個	黑米糕捲(pc) 609 個 黑米糕捲(pc-備品) 30 個 沙拉油(18L) 1 桶	有機A菜(影)(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	肉絲香里 27 公斤 脆筍絲 12 公斤 木耳(切絲) 3 公斤 油蔥酥(大-600g) 2 包 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤 蒜泥(0.6K/包) 1 包 蝦米 0.6公斤,香菇絲 0.6公斤		
餐數 629	全穀雜糧類:4.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.1份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7份							
6月15日 星期四	糙米飯(糙米)(起5)9+20素)	砂鍋滷肉	蔥爆鹹豬肉	滷魷魚丸(*1)	炒蚵白菜	酸辣湯		熱量： 725大卡 醣類： 100.0 g 脂肪： 22.8 g 蛋白質： 30.8 g
		肉丁香里 39 公斤 非基改三角滷肉丁(菜脯) 9 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 2 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(切段) 1 公斤 薑片(0.3K) 1 包	洋蔥(切粗絲) 27 公斤 鹹豬肉絲-不要辣 15 公斤 彩色椒(切絲)QR 3 公斤	魷魚丸(CAS)(K) 15 公斤 滷包小薯粉(30g)(小包) 5 包	蚵白菜(切實重) 45 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	肉絲香里 5 公斤 蛋(春明) 5 公斤 3板 金針菇(QR) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 木耳(切絲) 1 公斤 香菜(150g/把) 1 把		
餐數 539	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.6份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.9份							
6月16日 星期五	白米飯	香酥鮮魚丁	田園咖哩	滷雞蛋	炒油菜	味噌豆腐湯		熱量： 713大卡 醣類： 95.4 g 脂肪： 23.9 g 蛋白質： 28.8 g
		鮭魚丁(QR)(K) 70 公斤 蕃薯粉(K) 5 公斤 耐炸油18L 2 桶 胡椒鹽小薯粉(600g) 1 盒	洋芋(切中丁) 27 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 6 公斤 洋蔥(切中丁) 6 公斤 絞肉香里 6 公斤 咖哩粉小薯粉(600g) 1 盒	滷雞蛋 519 個 滷雞蛋(備品) 30 個 滷包小薯粉(30g)(小包) 5 包	油菜(切實重) 45 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	味噌(K) 6 公斤 豆腐(非基改切中丁)4(45K) 5 板		
餐數 539	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:0.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8份							
6月17日 星期六	白米飯	日式燒肉丼	豬肉餡餅	紅蘿蔔炒蛋	炒高麗菜	榨菜肉絲湯		熱量： 702大卡 醣類： 95.5 g 脂肪： 22.1 g 蛋白質： 30.6 g
		肉片香里 39 公斤 洋蔥(切絲) 14 公斤 金針菇(QR) 5 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	熟豬肉餡餅(60g)(龍鳳批) 519 粒 熟豬肉餡餅(60g)(龍鳳批) 30 粒 沙拉油(18L) 1 桶	蛋(春明) 30 公斤 紅蘿蔔(切絲) 15 公斤 蔥花 1 公斤	高麗菜(切實重) 45 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	肉絲香里 8 公斤 榨菜絲-不辣 6 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包		
餐數 539	全穀雜糧類:5.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.7份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8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

2023/6/6 13:13

營養師：

午餐秘書：

校長：