

彰化縣線西鄉線西國小 112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25日 星期一	白米飯	香蒜骰子豬		魷魚燒		魯四角豆腐		炒油菜		酸辣湯		醣類(g)	主食類	5.5
		前腿肉丁*米迪M 45Kg 洋蔥(大丁) 15Kg 彩椒(大丁) 6Kg 青蔥(珠) 0.5Kg 九層塔 0.3Kg 蒜末 0.3Kg	魷魚丸(個*CAS) 650個	大四角油豆腐(55g*個)樂L 650個	滷包 10個	油菜(切段) 48Kg 蒜末 0.5Kg	金針菇 15Kg 前腿肉絲*米迪M 12Kg 雞蛋(kg)G 6Kg 薄豆腐(小丁4.3K)L 3盤 木耳絲 2Kg 胡蘿蔔(切絲) 2Kg				脂肪(g) 92.5 蛋白質(g) 20.9 熱量(大卡) 688.5	豆魚肉蛋類 2.8 蔬菜類 2 油脂類 2.5 水果類 0 奶類 0		
餐數	631													
9月26日 星期二	什穀飯	滷雞腿		漁香豆腐		蒲瓜鮮燴		韭香銀芽		福菜筍片湯		醣類(g)	主食類	6
		棒棒腿D6*CAS*醃 650支	粗豆腐(小丁尺四*5K)L 7盤	蒲瓜(切片) 35Kg	魚羹(Q) 9Kg	豆芽菜 42Kg	鮮筍(切片) 19Kg	大骨*米迪M 5Kg	梅乾菜切絲 3Kg	薑絲 0.3Kg	脂肪(g) 97.5 蛋白質(g) 20.9 熱量(大卡) 710.5	豆魚肉蛋類 2.8 蔬菜類 1.5 油脂類 2.5 水果類 0 奶類 0		
餐數	631													
9月27日 星期三	白米飯	什錦肉羹		滷海帶片		黑椒毛豆莢		炒綠花椰		奶皇包		醣類(g)	主食類	5.5
		肉羹(慶豐) 36Kg 油蔥酥(600g) 2包 大白菜(切片) 33Kg 芹菜(珠) 0.8Kg 金針菇 12Kg 蒜泥 0.6Kg 雞蛋(kg)G 10Kg 乾香菇絲(Kg) 0.2Kg 脆筍絲(醃) 7Kg 胡蘿蔔(切絲) 5Kg 木耳絲 3Kg 生香菇(切) 2Kg	海帶片 650片 滷包 10個	毛豆莢(CAS) 28Kg 粗粒黑胡椒(KG) 0.5Kg 蒜末 0.5Kg	冷凍青花菜(CAS) 52Kg 胡蘿蔔(切片) 2Kg 蒜末 0.4Kg	小奶黃包(32g*南山) 650個	脂肪(g) 90 蛋白質(g) 20.6 熱量(大卡) 671	豆魚肉蛋類 2.7 蔬菜類 1.5 油脂類 2.5 水果類 0 奶類 0						
餐數	631													
9月28日 星期四	高鈣芝麻飯	香酥魚丁		滷蛋		蝦仁玉米		翠炒有機高麗菜		白玉可可歐雷		醣類(g)	主食類	5.5
		鯊魚(切丁*Q)不包冰 88Kg 沙拉油(18L*桶) 2桶 香辣椒鹽粉(600g*小磨坊) 1盒	滷蛋(粒) 650個 滷包 5個	玉米粒(Q) 19Kg 蝦仁(Q) 12Kg 洋蔥(中丁) 9Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 6.5Kg 毛豆仁(CAS) 4Kg 胡蘿蔔(小丁) 2Kg	有機高麗菜(片)*桃園 48Kg 胡蘿蔔(切絲) 3Kg 蒜末 0.4Kg	二砂糖(1Kg*包) 15包 可可粉-香濃(1K*包) 5包 白粉圓(3K*包) 5包	脂肪(g) 92.5 蛋白質(g) 23.6 熱量(大卡) 724	豆魚肉蛋類 3.2 蔬菜類 2 油脂類 2.8 水果類 0 奶類 0						
餐數	631													
月														
日														

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: