

彰化縣線西鄉線西國小 112學年度第一學期第17週菜單內容明細表

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18日 星期一	白米飯	香滷雞排	日式蒸蛋	嫩炒海帶根	油菜	虱目魚丸湯		醣類(g)	主食類	5.3
		雞排(TS5*CAS) 631片 雞排(TS5*CAS)備品 20片 滷包 3個 青蔥(切段) 0.5Kg 薑片 0.3Kg	雞蛋(kg)G 30Kg 魚板絲(國產) 3Kg 青蔥(珠) 0.5Kg	海帶根 33Kg 前腿肉絲*米迪M 6Kg 胡蘿蔔(切絲) 3Kg 薑絲 0.5Kg 紅辣椒 0.1Kg	油菜(切段) 48Kg 蒜末 0.5Kg	小虱目魚丸(Q) 15Kg 芹菜(珠) 0.6Kg		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	631									
12月19日 星期二	胚芽飯	飄香肉燥	魯黑輪條	雞汁湯包	綠野仙蹤	蘿蔔湯		醣類(g)	主食類	5.3
		豬絞肉(絞肉*陸輝) 45Kg 碎瓜 12Kg 油蔥酥(600g) 1包 青蔥 0.6Kg 蒜末 0.5Kg	大黑輪(條*立品CAS) 631條 大黑輪(條*立品CAS)備品 20條 滷包 3個	小籠湯包(個*永丞) 631個 小籠湯包(永丞)備 20個	冷凍青花菜(CAS) 50Kg 胡蘿蔔(切絲) 3Kg 蒜末 0.5Kg	白蘿蔔(大丁) 27Kg 小排骨*陸輝 6Kg 芹菜(珠) 0.4Kg		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	631									
12月20日 星期三	麵(白油麵102K)	義大利肉醬	美式胖胖果	滷海帶片	蒜香高麗菜	巧達濃湯		醣類(g)	主食類	5
		豬絞肉(絞肉*米迪)M 21Kg 牛蕃茄(大丁) 20Kg 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	胖胖果(個) 631個 胖胖果(個)備 20個	海帶片 631片 海帶片(備) 20片 滷包 3個	高麗菜(切片) 48Kg 胡蘿蔔(切絲) 3Kg 蒜末 0.5Kg	馬鈴薯(小丁) 13Kg 雞蛋(kg)G 9Kg 玉米粒(Q) 7Kg 洋蔥(小丁) 7Kg 玉米濃湯粉(1K) 3包 胡蘿蔔(小丁) 2Kg		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	631									
12月21日 星期四	紫米飯	御師傅魚排	蔥燒豬柳	碳烤香腸	炒有機青江菜	味噌海芽湯		醣類(g)	主食類	6
		御師傅魚排(100片*CAS)60g 631片 御師傅魚排(100片*備品)60g 20片	豆干片*榮洲L 20Kg 洋蔥(粗絲) 15Kg 前腿豬柳*米迪M 12Kg 青蔥(切段) 0.6Kg	香腸(CAS*條) 631條 香腸(CAS*條)備 20條	有機青江菜(切段*欽) 48Kg 蒜末 0.5Kg	味噌(3K*盒) 2盒 柴魚片(600g/包) 1包 乾海芽 0.5Kg 青蔥(切段) 0.3Kg 薑絲 0.3Kg		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	631									
12月22日 星期五	白米飯	彩頭滷肉	麥克雞塊	蕃茄炒蛋	大陸妹	綜合湯圓		醣類(g)	主食類	5.5
		前腿肉丁*米迪M 45Kg 白蘿蔔(中丁) 12Kg 胡蘿蔔(中丁) 5Kg 滷包 5個 小小豆輪 3Kg 蒜仁 0.5Kg 老薑片 0.3Kg	麥克雞塊(個)備品 1262個 麥克雞塊(個) 30個	雞蛋(kg)G 24Kg 牛蕃茄(大丁) 15Kg 薄豆腐(大丁4.3K)L 3盤 蕃茄醬(3K*罐)可果美(塑膠)1罐 青蔥(珠) 0.6Kg	大陸妹(切段) 48Kg 蒜末 0.5Kg	小紅白湯圓(0.6k/包) 10包 地瓜圓(600g*包) 10包 芋圓(600g*包) 10包 二砂糖(1Kg*包) 6包		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	631									

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: