

0098 彰化縣線西鄉線西國小 112學年度第2學期第1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								
2月16日	白米飯(1.5素)	三杯杏鮑菇 九層塔(兩) 1兩 杏鮑菇A(切中丁) 1公斤 美白菇(QR) 0.6公斤 金針菇(QR) 0.6公斤 鴻喜菇(QR) 0.6公斤	紅燒彩頭 紅蘿蔔(切中丁) 0公斤 菜頭(切中丁) 0公斤 非基改四角油(550) 0公斤	炸素甜不辣 素甜不辣絲 1.5公斤 胡椒鹽小磨坊(600g) 0盒	炒高麗菜 薑絲(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	海芽蛋花湯 海帶芽(乾) 0公斤 薑絲(0.6K/包) 0包 蛋(春明) 0公斤		熱量： 748大卡 醣類： 98.7 g 脂肪： 22.4 g 蛋白質： 32.5 g
餐數	15	全穀雜糧類:4.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.8份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7份						
2月17日	白米飯	霸王薑母鴨 素烤鴨(切片)(K) 2公斤 紅棗(兩) 1兩 高麗菜 1公斤 凍豆腐(中丁)非基改菜油 0.6公斤 素米血丁 0.5公斤 金針菇(QR) 0.2公斤 非基改豆皮卷(K) 0.2公斤	麻婆豆腐 非基改素肉燥(180g) 1包 濕香菇(小朵)(QR) 0.2公斤 薑片(K) 0.1公斤 萬家香素蠔油(6L) 0桶 豆腐非基改(切中丁)(4.5K) 0板	田園玉米 素火腿丁 0.2公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0公斤 玉米粒(QR-K) 0公斤	炒油菜 油菜(切實重) 0公斤	結頭菜丸子湯 非基改素丸子(特小) 0.5公斤 結頭菜(切中丁) 0公斤 香菜(150g/把) 0把		熱量： 746大卡 醣類： 102.8 g 脂肪： 23.9 g 蛋白質： 32.9 g
餐數	15	全穀雜糧類:5.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.8份 蔬菜類:0.1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

2024/1/12 12:16

營養師：

午餐秘書：

校長：