

0098 彰化縣線西鄉線西國小 112學年度第2學期第10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
4月15日 星期一	白米飯 (632+15素)	蔥爆豬柳	滷貢丸(*1)	玉米三色	炒高麗菜	柴魚豆腐湯		熱量： 738大卡 醣類： 98.6 g 脂肪： 22.9 g 蛋白質： 36.5 g
		豬柳香里 48 公斤 洋蔥(切粗絲) 18 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	貢丸(大)(國產)(pc) 632 粒 貢丸(大)(國產)(備品pc) 30 粒 滷包小磨坊(30g)(小包) 6 包	玉米粒(QR-K) 30 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 6 公斤 絞肉香里 6 公斤	高麗菜(切實重) 55 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	味噌(K) 6 公斤 豆腐非基改(切中丁)(4.5K) 6 板 柴魚片小(300g) 1 包		
餐數	647	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.6份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8份						
4月16日 星期二	五穀米飯 (五穀米6K)	蒲燒鮭魚	洋蔥炒鹹豬肉	炸甜不辣	炒履歷蚵白菜	玉米濃湯		熱量： 764大卡 醣類： 105.6 g 脂肪： 23.8 g 蛋白質： 32.6 g
		蒲燒鮭魚(45g)(QR) 632 片 蒲燒鮭魚(45g)(備品)(QR) 30 片 玻璃紙 20 張	洋蔥(切粗絲) 28 公斤 豆芽菜 12 公斤 鹹豬肉絲-不要辣 12 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 蔥(切段) 1 公斤 碎蒜(0.6K/包) 0.5 包	甜不辣(CAS)(K)(3K/包) 48 公斤 沙拉油(18L) 1 桶	履歷蚵白菜(切實重) 55 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	玉米粒(QR-K) 10 公斤 蛋(春明) 6 公斤 洋芋(切小丁) 3 公斤 洋蔥(切大丁) 3 公斤 玉米濃湯粉小磨坊(1K) 3 包 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤 玉米醬(大-3K) 2 罐		
餐數	647	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
4月17日 星期三	紫米飯	壽喜燒肉片	山東滷味燙	芋丸(*1)(炸)	炒履歷青江菜	菜頭排骨湯		熱量： 715大卡 醣類： 100.9 g 脂肪： 22.4 g 蛋白質： 27.0 g
		肉片香里 48 公斤 洋蔥(切粗絲) 15 公斤 金針菇(QR) 6 公斤 壽喜燒醬(1.8K瓶) 2 瓶 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	非基改黑豆干(大丁)菜燕(K) 25 公斤 杏鮑菇A(切中丁) 9 公斤 海帶結 8 公斤 貢丸(小)(國產) 8 公斤 滷包小磨坊(30g)(小包) 6 包	芋丸(pc) 632 個 芋丸(pc-備品) 30 個 沙拉油(18L)桶 1 桶	履歷青江菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	菜頭(切中丁) 21 公斤 小排骨(肉)香里 6 公斤 香葉(150g/把) 1 把		
餐數	647	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:1.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5份						
4月18日 星期四	紫米飯 (紫米6K)	馬鈴薯燉肉	蕃茄蛋豆腐	府城蝦捲(*1)	炒履歷油菜	味噌海芽湯		熱量： 748大卡 醣類： 102.9 g 脂肪： 22.6 g 蛋白質： 32.5 g
		肉丁香里 48 公斤 洋芋(切大丁) 15 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(切段) 1 公斤	蛋(春明) 20 公斤 蕃茄(切丁) 15 公斤 豆腐非基改(切中丁)(4.5K) 4 板 蔥花 1 公斤 蕃茄醬(3K)可果美 1 罐	蝦捲(CAS)(30G) 632 條 蝦捲(CAS)(30G)備品 30 條 沙拉油(18L)桶 1 桶	履歷油菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	味噌(K) 6 公斤 洋蔥(切小丁) 6 公斤 海帶芽(乾)(廠牌日期) 0.6 公斤 蔥花 0.5 公斤		
餐數	647	全穀雜糧類:5.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
4月19日 星期五	白米飯	蒜香燻雞	紅蘿蔔炒蛋	烤香腸	炒有機味美菜	冬瓜排骨湯		熱量： 758大卡 醣類： 103.2 g 脂肪： 22.7 g 蛋白質： 35.8 g
		骨腿丁(CAS) 54 公斤 高麗菜(切實重) 12 公斤 袖珍菇(QR) 6 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(切段) 1 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包	蛋(春明) 36 公斤 紅蘿蔔(切絲) 18 公斤 蔥花 1 公斤	香腸(CAS)-條 632 條 香腸(CAS)備品-條 30 條	有機味美菜(尚統-單)切 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	冬瓜(切大丁) 21 公斤 小排骨(肉)香里 6 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包		
餐數	647	全穀雜糧類:4.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.5份 蔬菜類:1.7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

2024/3/21 12:13

營養師：

午餐秘書：

校長：