

# 0098 彰化縣線西鄉線西國小 112學年度第2學期第11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22日 星期一	白米飯 (632+15素)	家常滷肉	客家小炒	魷魚丸(*)	炒履歷蚵白菜	榨菜肉絲湯		熱量： 728大卡 醣類： 100.4 g 脂肪： 23.8 g 蛋白質： 35.8 g
		肉丁香里 48 公斤 菜頭(切中丁) 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	非基改豆干片(榮洲) 24 公斤 西芹菜(切片) 21 公斤 肉絲香里 6 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 紅蘿蔔(切片) 1 公斤 魷魚絲(乾) 0.6 公斤	魷魚丸(CAS)(K) 18 公斤 滷包小磨坊(30g/小包) 6 包 *1K=40粒	履歷蚵白菜(切實重) 55 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	榨菜絲-不辣 12 公斤 肉絲香里 6 公斤 金針菇(QR) 3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包		
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:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
4月23日 星期二	小米飯 (小米6K)	烤雞翅	滷獅子頭	鮮菇拌青花	炒履歷油菜	玉米蛋花湯		熱量： 763大卡 醣類： 114.2 g 脂肪： 23.2 g 蛋白質： 30.5 g
		雞翅(W7)QR(醃-烤) 632 支 雞翅(W7)QR(醃-烤)備 30 支	獅子頭(CAS)(粒) 632 粒 獅子頭(CAS)(粒)備品 30 粒	冷凍綠花椰菜(CAS) 55 公斤 美白菇(QR) 6 公斤 鴻喜菇(QR) 3 公斤 紅蘿蔔(切片) 2 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	履歷油菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	玉米粒(QR-K) 9 公斤 蛋(春明) 9 公斤 蔥花 0.5 公斤		
餐數	647	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:1.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8份						
4月24日 星期三	鹹粥(特餐)(糙米先送6K)	府城虱目魚粥	小餐包(承富烘焙)	滷雞蛋	炒履歷青江菜	炸干貝酥(*)		熱量： 728大卡 醣類： 102.8 g 脂肪： 22.3 g 蛋白質： 32.4 g
		新鮮竹筍絲 20 公斤 虱目魚柳(QR)(600G/包) 20 包 絞肉香里 12 公斤 玉米粒(QR-K) 6 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 6 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包	小餐包(日期標示) 632 個 小餐包(日期標示)備品 30 個	滷雞蛋(國產:台灣) 632 個 油蔥酥(國產:台灣)(備品) 30 個 滷包小磨坊(30g/小包) 6 包	履歷青江菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	干貝酥(3x/盒135-140)1K 6 公斤 沙拉油(18L)桶 1 桶		
餐數	647	全穀雜糧類:5.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.0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25日 星期四	糙米飯 (6K)	紅燒魚片	打拋肉醬	燒賣(*)	炒高麗菜	菜頭排骨湯		熱量： 742大卡 醣類： 108.3 g 脂肪： 22.3 g 蛋白質： 36.4 g
		水蜜魚片(7-8)(QR)(pc) 632 片 水蜜魚片(7-8)備品(QR)(pc) 30 片 萬家香素蠔油(6L) 1 桶 蔥花 1 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	小小豆干丁(榮洲) 18 公斤 絞肉香里 15 公斤 洋蔥(切小丁) 6 公斤 蕃茄(切小丁) 6 公斤 泰式酸辣醬(900g) 3 罐 九層塔 0.3 公斤	鮮肉燒賣(國產:履歷佳味) 632 個 鮮肉燒賣(國產:履歷佳味)備品 30 個	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	菜頭(切中丁) 21 公斤 小排骨(肉)香里 6 公斤 香菜(150g/把) 1 把		
餐數	647	全穀雜糧類:5.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.4份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
4月26日 星期五	白米飯	碳火燒肉井	滑嫩蒸蛋	滷三角油腐	炒有機黑葉白菜	仙草蜜		熱量： 736大卡 醣類： 103.5 g 脂肪： 23.6 g 蛋白質： 34.8 g
		肉片香里 48 公斤 洋蔥(切大丁) 18 公斤 萬家香素蠔油(6L) 1 桶 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	蛋(春明) 42 公斤 玻璃紙 30 張 素魚板絲 3 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包	三角油豆腐(大-pc)榮洲 632 個 三角油豆腐(大-pc)備品(榮洲) 30 個 滷包小磨坊(30g/小包) 6 包	有機黑葉白菜(影-高級)(切) 55 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	二砂台糖(1K/包) 15 包 仙草蜜(5K/桶) 15 桶		
餐數	647	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2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：