

# 0098 彰化縣線西鄉線西國小 112學年度第2學期第13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
5月6日 星期一	白米飯 (1.5素)	藥膳猴頭菇	洋芋白醬	白菜滷	炒履歷青江菜	冬瓜素肉湯		熱量： 725大卡 醣類： 106.0 g 脂肪： 23.4 g 蛋白質： 31.8 g
		素麻油猴頭菇湯包(600g) 3包 凍豆腐(中丁)非基改菜洲 1公斤 杏鮑菇(A)(QR) 0.5公斤 美白菇(QR) 0.5公斤 鴻喜菇(QR) 0.5公斤	素濃湯粉(120g包) 1包 鴻喜菇(QR) 0.3公斤 三色豆(CAS-1k/包) 0公斤 洋芋(切中丁) 0公斤	大白菜(切實重) 0公斤 木耳(切絲) 0公斤 紅蘿蔔(切絲) 0公斤 金針菇(QR) 0公斤 非基改豆皮(K) 0公斤 香菇絲 0公斤	薑絲(一週用量)(0.6K/包) 1包 履歷青江菜(切實重) 0公斤	非基改素羊肉(0.6K) 1包 冬瓜(切大丁) 0公斤 薑絲(0.6K/包) 0包		
餐數	15	全穀雜糧類:2.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.7份 蔬菜類:0.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.8份						
5月7日 星期二	糙米飯	菜頭滷素三層肉	四寶干丁	玉米炒蛋	炒履歷蚵白菜	紅豆湯		熱量： 735大卡 醣類： 111.8 g 脂肪： 24.3 g 蛋白質： 34.7 g
		非基改素三層肉(K) 1.2公斤 非基改素羊肉(0.6K) 1包 菜頭(切大丁) 0公斤 薑片(0.6K/包) 0包	非基改素肉燥(180g) 1包 冷凍毛豆仁(包)1K 0包 小小豆干丁(菜洲) 0公斤 紅蘿蔔(切小丁) 0公斤	玉米粒(QR-K) 0公斤 蛋(春明) 0公斤	履歷蚵白菜(切實重) 0公斤 薑絲(0.6K/包) 0包	二砂台糖(1K/包) 0包 紅豆(國產TAP) 0公斤		
餐數	15	全穀雜糧類:3.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.0份 蔬菜類:0.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份						
5月8日 星期三	白米飯	糖醋豆包	胡瓜什錦	冰心地瓜	炒履歷油菜	味噌海芽湯		熱量： 748大卡 醣類： 105.9 g 脂肪： 23.0 g 蛋白質： 32.5 g
		非基改炸豆包(pe) 20片 三色豆(CAS-1k/包) 0.3公斤 蕃茄醬(庫存) 0庫存	扁蒲(切片)實重 0公斤 木耳(切絲) 0公斤 紅蘿蔔(切絲) 0公斤 金針菇(QR) 0公斤	冰心地瓜(QR條) 15條 冰心地瓜(QR條)備品 5條	履歷油菜(切實重) 0公斤	味噌(K) 0公斤 海帶芽(乾)(廠牌日期) 0公斤		
餐數	15	全穀雜糧類:5.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.8份 蔬菜類:0.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5份						
5月9日 星期四	小米飯	素炸杏鮑菇	麻婆豆腐	竹筍炒素肉絲	炒高麗菜	四神湯		熱量： 738大卡 醣類： 109.0 g 脂肪： 23.8 g 蛋白質： 31.2 g
		杏鮑菇(A)(QR) 3公斤 素食用酥炸粉(1K/包) 1包	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	非基改素肉絲(濕) 0.3公斤 新鮮竹筍絲 0公斤 木耳(切絲) 0公斤 紅蘿蔔(切絲) 0公斤	紅蘿蔔(切絲) 0公斤 高麗菜(切實重) 0公斤	素小腸(煮四神湯用) 0.3公斤 四神包(小包60g) 0包 小薏仁 0公斤 山藥(切中丁) 0公斤		
餐數	15	全穀雜糧類:6.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.0份 蔬菜類:0.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5份						
5月10日 星期五	白米飯	麻油素鴨	小黃瓜炒黑輪	玉米三色	炒有機小松菜	和風豆腐湯		熱量： 747大卡 醣類： 109.5 g 脂肪： 24.8 g 蛋白質： 33.2 g
		素鴨丁(0.3K/包) 2包 杏鮑菇A(切中丁) 0.5公斤 素米血丁 0.5公斤 胡麻油(庫存) 0庫存	素黑輪切片 0.5公斤 小黃瓜(切片) 0公斤 紅蘿蔔(切片) 0公斤 袖珍菇(QR) 0公斤	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	有機小松菜(尚統-彰)切 0公斤	味噌(K) 0公斤 豆腐非基改(切中丁)4.5K 0板		
餐數	15	全穀雜糧類:4.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.2份 蔬菜類:0.3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

2024/4/15 9:14

營養師：

午餐秘書：

校長：

依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者請注意。