

0098 彰化縣線西鄉線西國小 112學年度第2學期第16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
5月27日 星期一	白米飯 (632+15素)	黑胡椒豬柳	滷海帶片(*1)	玉米肉末	炒履歷青江菜	鮮菇湯		熱量： 704大卡 醣類： 105.7 g 脂肪： 20.7 g 蛋白質： 34.9 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 黑胡椒粒(小)(300g) 1 罐	海帶片(pc) 632 片 海帶片(pc-備品) 30 片 滷包小磨坊(30g)(小包) 6 包 薑片(0.6K/包) 1 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	履歷青江菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	金針菇(QR) 12 公斤 肉絲香里 6 公斤 木耳(切絲) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤		
餐數 647	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.7份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5份							
5月28日 星期二	紫米飯 (紫米6K)	香滷雞排	三杯鮑菇豆干	拌毛豆莢	炒履歷蚵白菜	仙草蜜		熱量： 719大卡 醣類： 108.3 g 脂肪： 22.0 g 蛋白質： 38.6 g
		雞排(5)(QR) 632 片 雞排(5)(QR)備品 30 片 滷包小磨坊(30g)(小包) 6 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(切段) 1 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包	小豆干(2.5cm)榮洲 24 公斤 杏鮑菇A(切中丁) 21 公斤 紅蘿蔔(切片) 3 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包 九層塔 0.3 公斤	毛豆莢冷凍(CAS) 45 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包 黑胡椒粒(小)(300g) 1 罐	履歷蚵白菜(切實重) 55 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	二砂台糖(1K/包) 15 包 仙草蜜(5K/桶) 13 桶		
餐數 647	全穀雜糧類:5.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.5份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5份							
5月29日 星期三	白米飯	客家鹹豬肉	滷獅子頭(*1)	日式關東煮	炒履歷油菜	白菜肉片湯		熱量： 768大卡 醣類： 108.9 g 脂肪： 22.8 g 蛋白質： 43.6 g
		鹹豬肉(粗)不要辣 48 公斤 洋蔥(切大丁) 18 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥花 1 公斤	獅子頭(CAS)(粒) 632 粒 獅子頭(CAS)(粒)備品 30 粒	菜頭(切大丁) 20 公斤 冷凍黃玉米塊(CAS) 15 公斤 海帶結 8 公斤 濕香菇(小朵)(QR) 6 公斤 柴魚片大(600g) 1 包	履歷油菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	大白菜(切實重) 15 公斤 肉片香里 6 公斤 金針菇(QR) 3 公斤		
餐數 647	全穀雜糧類:4.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:2.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份							
5月30日 星期四	蕎麥飯 (蕎麥6K)	樹子蒸魚	鐵板豆腐	滷蛋	炒高麗菜	海芽蛋花湯		熱量： 797大卡 醣類： 114.3 g 脂肪： 24.8 g 蛋白質： 32.5 g
		水蜜魚片(7-8)(QR)(pc) 632 片 水蜜魚片(7-8)備品(QR)(pc) 30 片 破布子(3K) 1 罐 蔥花 1 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	豆腐非基改(切中丁)(4.5K) 12 板 絞肉香里 6 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 3 公斤 蔥花 1 公斤	滷雞蛋(國產-台灣) 632 個 滷雞蛋(國產-台灣)(備品) 30 個 滷包小磨坊(30g)(小包) 6 包	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	蛋(春明) 9 公斤 海帶芽(乾) 0.6 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:3.4份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5份							
5月31日 星期五	白米飯	紅燒肉	珍珠丸子(*1)	洋蔥炒蛋	炒有機皺葉白菜	蕃茄豆腐湯		熱量： 724大卡 醣類： 104.8 g 脂肪： 23.1 g 蛋白質： 33.0 g
		肉丁香里 24 公斤 軟骨丁(CAS) 24 公斤 南瓜(切大丁) 18 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(切段) 1 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包	珍珠丸子(25g)國產 632 粒 珍珠丸子(25g)備品-國產 30 粒	蛋(春明) 36 公斤 洋蔥(切絲) 20 公斤 蔥花 1 公斤	有機皺葉白菜(切實重) 55 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	大白菜(切實重) 6 公斤 大骨(CAS) 6 公斤 蕃茄(切中丁) 6 公斤 豆腐非基改(切中丁)(4.5K) 4 板 蔥花 1 公斤		
餐數 647	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.5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

2024/17 12:09

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。