

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 110學年度第1學期第17週午餐菜單

材料用量

5車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	備註	營養分析
12月20日 星期一	12/20 供熟食						
餐數 488							
月 日	12/21 校外教學停餐						
餐數							
12月22日 星期三	油麵(84K)	紅燒排骨	肉骨茶湯	茶香滷豆干	黑糖小饅頭(*1)		熱量： 756大卡 醣類： 123.2 g 脂肪： 11.9 g 蛋白質： 36.5 g
餐數 555		小排骨(肉)陸輝 15 公斤 溫體肉丁(小)-陸輝 12 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	菜頭(去皮實重) 18 公斤 肉骨茶包 8 包 美白菇 6 公斤 紅蘿蔔(去皮) 3 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包	非基改黑豆干大丁榮洲(K) 30 公斤 滷包小勝坊(30g)(小包) 5 包 紅茶包小 5 包	黑糖饅頭小(桂) 555 個 黑糖饅頭小(桂)備品 20 個		全穀雜糧類:2.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.0份 蔬菜類:0.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份
12月23日 星期四	燕麥飯(燕麥4K)	樹子燒魚	紅燒豆薯	炒油菜	玉米蛋花湯		熱量： 712大卡 醣類： 95.7 g 脂肪： 20.3 g 蛋白質： 34.3 g
餐數 555		水鯊魚片(CAS)(7-8) 555 片 水鯊魚片(CAS)(7-8備品) 20 片 薑絲(0.6K/包) 2 包 破布子(3K) 1 罐 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	豆薯(去皮實重) 20 公斤 非基改油腐丁(榮洲) 15 公斤 溫體肉丁(小)-陸輝 6 公斤 紅蘿蔔 1.5 公斤	油菜 38 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	玉米粒(QR-K) 9 公斤 蛋(春明) 9 公斤		全穀雜糧類:6.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份
12月24日 星期五	白米飯	瓜仔肉燥	什錦寬粉	炒有黑葉白菜	冬瓜雞湯		熱量： 793大卡 醣類： 112.3 g 脂肪： 24.6 g 蛋白質： 28.3 g
餐數 555		溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 33 公斤 碎瓜 6 公斤 非基改小小豆干丁榮洲 6 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	高麗菜 18 公斤 寬粉(3K) 3 包 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 3 公斤 木耳(切絲) 1.5 公斤 紅蘿蔔 1 公斤	有機黑葉白菜 38 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	冬瓜(去皮籽實重) 18 公斤 上雞胸丁(QR) 6 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包		全穀雜糧類:6.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.4份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.4份

豬肉來源:台灣(豬肉可食部位原料原產地皆為台灣)

承富實業有限公司 電話:04-8831965 傳真:04-8832612

2021/12/21 10:08

營養師:

午餐秘書:

校長: