

# 彰化縣福興鄉管嶼國小 111學年度第一學期第15週菜單內容明細表-素

材料用量

日期	主食	主菜		副菜		青菜		湯		水果	營養分析						
		主菜	主菜	副菜	副菜	青菜	青菜	湯	湯		糖類(g)	主食類					
12月5日 星期一	白米飯	鮑菇燒雞		日式關東煮		小瓜尬黑輪		蒜香油菜		冬瓜湯		90	2.3	1.5	2.5	0	0
		素雞丁(濕) 1.2Kg	小四角油豆腐丁(Kg*榮) 0Kg	素黑輪片(切片) 0.4Kg	薑絲 0.5Kg	白精靈菇 0.2Kg											
		紅甜椒(大丁) 0.3Kg	生香菇(切) 0Kg	小黃瓜(切片) 0Kg	油菜(切段) 0Kg	冬瓜(中丁) 0Kg											
		黃甜椒(大丁) 0.3Kg	白蘿蔔(中丁) 0Kg	木耳絲 0Kg		薑片 0Kg											
		杏鮑菇(切塊) 0Kg	海帶結 0Kg	金針菇 0Kg													
餐數	22																
12月6日 星期二	地瓜飯	酥炸菜捲		蒸蛋		鮮蔬溫沙拉		炒有機奶油白菜		結頭湯		90	2.3	1.5	2.5	0	0
		素菜捲(個) 27個	雞蛋(kg) 0Kg	冷凍青花菜(CAS) 1.5Kg	有機奶油白菜(切段) 0Kg	非基改豆皮 0.3Kg											
				培煎芝麻醬(健廚*200g) 1瓶		結頭菜(中丁) 0Kg											
				牛蕃茄(去蒂頭) 0.6Kg		薑絲 0Kg											
				小黃瓜 0.3Kg													
餐數	22																
12月7日 星期三	湯麵	紅燒素湯		素燒賣		香辣毛豆莢		炒青江菜		蜜汁干丁		97.5	2.7	1.5	2.5	0	0
		素皮絲 2Kg	素燒賣(個) 30個	毛豆莢(CAS) 0Kg	青江菜(切段) 0Kg	大溪黑豆干(切9丁*榮) 0Kg											
		秀珍菇 0.5Kg		粗粒黑胡椒(KG) 0Kg		熟白芝麻 0Kg											
		牛蕃茄(中丁) 0Kg															
		白蘿蔔(中丁) 0Kg															
餐數	22																
12月8日 星期四	蕎麥飯	酥炸魚片		三杯菇菇		五彩干絲		炒菠菜		養生木耳露		97	3.2	2	2.8	0	0
		素海鮮排 27片	杏鮑菇(頭切片) 1.5Kg	白豆干絲(Kg*榮洲) 0Kg	菠菜(切段) 0Kg	二砂糖(1Kg*包) 0包											
			美白菇 0.3Kg	芹菜(切段) 0Kg		紅棗 0Kg											
			鴻喜菇 0.3Kg	胡蘿蔔(切絲) 0Kg		桂圓肉-KG 0Kg											
			薑片 0.1Kg	海帶絲(切段) 0Kg		乾白木耳 0Kg											
餐數	22																
12月9日 星期五	白米飯	麻油腰花		麻婆豆腐		紅絲炒蛋		枸杞高麗菜		海芽薑絲湯		88	3.2	2	2.5	0	0
		素米血(450g*龍味奇) 2包	三色豆(CAS) 0.5Kg	胡蘿蔔(切絲) 0Kg	木耳絲 0Kg	雞蛋(kg) 0.3Kg											
		素腰花(600g*包) 2包	辣豆瓣醬(3K*十全) 0桶	雞蛋(kg) 0Kg	枸杞 0Kg	乾海芽 0Kg											
		枸杞(兩) 1兩	薄豆腐(大丁4.3K) 0盤		高麗菜(切片) 0Kg	薑絲 0Kg											
		杏鮑菇 0.3Kg															
餐數	22																

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336  
 ※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

製表日期:

營養師：

午餐執秘：

校長：