

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 111學年度第2學期第13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8日 星期一	白米飯	台式塔香肉燥	大亨熱狗(*1)	玉米三色	炒蚵白菜	蘿蔔肉絲湯		熱量： 749大卡 醣類： 102.7 g 脂肪： 23.3 g 蛋白質： 33.5 g
		溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 30 公斤 非基改小小豆干丁菜洲 10 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 九層塔 0.3 公斤	中熟狗(卜蜂-國產) 549 條 中熟狗(卜蜂-國產) 15 條	玉米粒(QR-K) 24 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 6 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 3 公斤	蚵白菜(切實重) 30 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	菜頭(切中丁) 18 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 3 公斤 香菜(150g/把) 1 把		
餐數 549	全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7份							
5月9日 星期二	燕麥飯(燕麥4K)	香酥鮮魚片	南洋風味咖哩	蝦仁拌白花	炒油菜	海芽蛋花湯		熱量： 743大卡 醣類： 100.2 g 脂肪： 23.4 g 蛋白質： 33.9 g
		水藻魚片(7-8)(QR)(PC) 549 片 水藻魚片(7-8)標品(QR)(PC) 30 片 蕃薯粉(K) 6 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	洋芋(切中丁) 28 公斤 洋蔥(切中丁) 6 公斤 溫體肉丁(小)-陸輝 6 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 6 公斤 椰漿(小400ml) 5 罐 咖哩粉小磨坊(600g) 1 盒	冷凍白花椰菜(CAS) 38 公斤 蝦仁(K)(QR)(包冰) 6 公斤 紅蘿蔔(切片) 3 公斤 鴻喜菇(QR) 3 公斤	油菜(切實重) 30 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	蛋(春明) 8 公斤 海帶芽(乾) 0.6 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包		
餐數 549	全穀雜糧類:5.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.0份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份							
5月10日 星期三	紅麵線(24K)	肉羹	蒜香烏龍米血	鮮肉包	炒高麗菜	麵線糊湯		熱量： 764大卡 醣類： 106.8 g 脂肪： 22.8 g 蛋白質： 36.0 g
		手工肉羹(台灣) 15 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包	非基改黑豆干丁菜洲(K) 24 公斤 米血切丁(CAS) 15 公斤 香菜(150g/把) 2 把 蒜泥(0.6K/包) 1 包	鮮肉包大奇美(60g) 549 個 鮮肉包大奇美(60g)標品 15 個	高麗菜(切實重) 15 公斤	脆筍絲 9 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 蛋(春明) 3 公斤 木耳(切絲) 2 公斤 蒜泥(0.3K/包) 1 包 香菜(150g/把) 1 把 蝦米 0.3公斤, 香菇絲 0.3公斤		
餐數 549	全穀雜糧類:4.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.9份 蔬菜類:0.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份							
5月11日 星期四	紫米飯(紫米4K)	醬燒豬排	醬燒冬瓜滷	魚香肉絲	炒青江菜	鮮菇肉絲湯		熱量： 745大卡 醣類： 101.0 g 脂肪： 23.8 g 蛋白質： 32.5 g
		里肌肉片(12)(陸輝) 549 片 里肌肉片(12)標品 15 片 洋蔥(切絲) 5 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	冬瓜(切大丁) 25 公斤 海帶結 6 公斤 溫體肉丁(小)-陸輝 6 公斤 小豆輪(特小) 3 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 2 公斤	新鮮竹筍絲粗 32 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 木耳(切絲) 1 公斤	青江菜(切實重) 30 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	金針菇(QR) 9 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 3 公斤 木耳(切絲) 1 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤		
餐數 549	全穀雜糧類:5.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.6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12日 星期五	白米飯	麻香蒜頭雞	柴香豆腐燒	客家炒粿條	炒有機味美菜(順)	白菜肉片湯		熱量： 732大卡 醣類： 99.5 g 脂肪： 23.5 g 蛋白質： 32.5 g
		骨腿丁(CAS) 36 公斤 高麗菜(切實重) 12 公斤 袖珍菇(QR) 6 公斤 胡麻油(3L)福壽 1 瓶 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 薑片(0.3K) 1 包	豆腐菜洲的4.5K非基因 10 板 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 5 公斤 柴魚片大(600g) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	粿條 21 公斤 豆芽菜 15 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤 木耳(切絲) 1 公斤	有機味美菜(順)(切實重) 30 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	大白菜(切實重) 12 公斤 溫體肉片(小)-陸輝 3 公斤 金針菇(QR) 3 公斤 洋蔥(切絲) 2 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包		
餐數 549	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:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6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

2023/5/8 9:02

營養師：

午餐秘書：

校長：