

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 111學年度第2學期第18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
6月12日 星期一	白米飯	蔥燒水晶雞	菜脯蛋	蒸燒賣(*1)	炒高麗菜	竹筍大骨湯	履歷豆奶(獎勵金55(9+10))	熱量： 686大卡 醣類： 95.8 g 脂肪： 22.2 g 蛋白質： 26.4 g
		骨髓丁(CAS) 39 公斤 洋蔥(切大丁) 6 公斤 鴻喜菇(QR) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(1K/把) 1 把	蛋(春明) 32 公斤 碎麵(細)12k/箱(備用品) 1 箱	燒賣(國產) 549 個 燒賣(國產)備品 15 個	高麗菜(切實重) 32 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	新鮮竹筍片 16 公斤 大骨(CAS) 6 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:5.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.9份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.9份						
6月13日 星期二	五穀米飯(五穀米(K))	瓜仔肉燥	柴香日式佃煮	蜜汁豆干	炒蚵白菜	五福芋圓湯		熱量： 704大卡 醣類： 98.7 g 脂肪： 22.0 g 蛋白質： 30.3 g
		溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 30 公斤 碎瓜 5 公斤 非基改小小豆干(菜洲) 5 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	菜頭(切中丁) 15 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 6 公斤 海帶結 6 公斤 溫體肉片(小)-陸輝 6 公斤 蒟蒻絲捲(0.6K) 5 包 柴魚片(大-600g) 1 包	非基改黑豆干(大)菜洲(K) 30 公斤 滷包小糖坊(90g)(小包) 5 包	蚵白菜(切實重) 30 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	二砂台糖(1K/包) 10 包 五彩芋圓(0.6k/包) 10 包 大粉圓 6 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:6.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.3份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8份						
6月14日 星期三	紅麵線(21K)(471)	肉羹	清蒸小肉圓	奶皇包	炒高麗菜	麵線糊湯		熱量： 763大卡 醣類： 102.0 g 脂肪： 23.5 g 蛋白質： 36.2 g
		手工肉羹(台灣) 13 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包	水晶肉圓 471 粒 水晶肉圓(備品) 15 粒 蒜泥(0.6K/包) 1 包 醬油膏(庫存) 0 庫存	奶皇包大(奇美65g) 471 個 奶皇包大(奇美65g)備品 15 個	高麗菜(切實重) 17 公斤 *6年級用 西點麵包餐盒(60元-含飲料) 78 份 西點麵包餐盒(60元-含飲料) 備品 2 份	脆筍絲 8 公斤 蛋(春明) 4 公斤 紅蘿蔔(切絲) 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	471	全穀雜糧類:5.5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:1.7份						
6月15日 星期四	紫米飯(紫米(K))(起474)	豆輪滷肉	鮮菇花椰菜	洋蔥培根	炒青江菜	牛蒡雞湯		熱量： 725大卡 醣類： 100.0 g 脂肪： 22.8 g 蛋白質： 30.8 g
		溫體肉丁(陸輝)(臺灣) 26 公斤 冬瓜(切大丁) 10 公斤 小豆輪(K) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	冷凍鮮菇花椰菜(CAS) 35 公斤 溫體肉絲(陸輝)(臺灣) 3 公斤 美白菇(QR) 3 公斤 鴻喜菇(QR) 3 公斤	洋蔥(切大丁) 20 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 6 公斤 碎培根(國產)(台灣) 6 公斤 豆芽菜 6 公斤	青江菜(切實重) 26 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	牛蒡(去皮)-泡水 8 公斤 上雞胸丁(CAS) 5 公斤 袖珍菇(QR) 3 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包		
餐數	474	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.9份 蔬菜類:2.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
6月16日 星期五	白米飯	香酥鮭魚丁	療芋咖哩燉雞	鮭魚丸(*1)	炒有機味美菜	冬瓜龍骨湯		熱量： 713大卡 醣類： 95.4 g 脂肪： 23.9 g 蛋白質： 28.8 g
		鮭魚丁(QR)(K) 38 公斤 蕃薯粉(K) 5 公斤	洋芋(切中丁) 22 公斤 上雞胸丁(CAS) 6 公斤 洋蔥(切中丁) 5 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 5 公斤 咖哩粉小糖坊(600g) 1 盒	鮭魚丸(CAS)(K) 13 公斤	有機味美菜(無-切實重) 26 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	冬瓜(切大丁) 15 公斤 龍骨丁(CAS) 5 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包		
餐數	474	全穀雜糧類:5.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.4份 蔬菜類:0.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
6月17日 星期六	白米飯	南瓜滷肉	三杯百頁	玉米三色	炒油菜	韓式海芽湯		熱量： 702大卡 醣類： 95.5 g 脂肪： 22.1 g 蛋白質： 30.6 g
		溫體肉丁(陸輝)(臺灣) 26 公斤 南瓜(切大丁) 13 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 薑片(0.3K) 1 包	杏鮑菇頭(切中丁) 18 公斤 百頁丁(中)菜洲 13 公斤 紅蘿蔔(切片) 2 公斤 薑片(0.3K) 1 包 九層塔 0.3 公斤	玉米粒(QR-K) 21 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 5 公斤 溫體絞肉(陸輝)(臺灣) 3 公斤	油菜(切實重) 26 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	黃豆芽 6 公斤 溫體肉絲(細)-陸輝 3 公斤 金針菇(QR) 3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包 海帶芽(乾) 0.3 公斤		
餐數	474	全穀雜糧類:5.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:1.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7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

2023/6/9 22:10

營養師：

午餐秘書：

校長：