

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 112學年度第1學期第15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
12月4日 星期一	白米飯	家鄉滷肉	瑤柱蒸水蛋	蘿蔔炒肉絲	炒油菜	味噌海芽湯		熱量： 718大卡 醣類： 79.4 g 脂肪： 28.6 g 蛋白質： 33.6 g
		滷肉丁(非野)(臺灣) 30 公斤 非基改三角油條丁(臺灣) 10 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	蛋(春明) 30 公斤 蔥(0.5K/把) 1 把 珠貝(乾貨)(K) 0.3 公斤	菜頭(切絲) 30 公斤 滷肉絲(非野)(臺灣) 8 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 蝦米 0.5 公斤	油菜(切實重) 28 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	味噌(3K/盒) 2 盒 海帶芽(乾) 0.5 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:4.8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:2.0份						
12月5日 星期二	油麵(15K)(94+4素)	什錦炒肉絲	麥克雞塊(*2)	豆香海帶根	炒青江菜	銀耳地瓜湯		熱量： 180大卡 醣類： 29.1 g 脂肪： 3.2 g 蛋白質： 8.6 g
		滷肉絲(細)(非野) 3.5 公斤 豆芽菜 2 公斤 油蔥酥(小-300g) 1 包 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤 洋蔥(切絲) 0.5 公斤 韭菜(1.8K/把) 0.5 把	素雞塊(pc) 10 個 麥克雞塊(CAS)(K) 5.5 公斤	非基改豆干片(菜洲) 4 公斤 海帶根 3 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包	青江菜(切實重) 3 公斤	二砂台糖(1K/包) 2 包 大粉圓 1.5 公斤 蕃薯(切中丁) 1.5 公斤 白木耳(乾) 0.1 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:0.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.6份 蔬菜類:0.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份						
12月6日 星期三	米粉(粗24K)	海鮮米粉湯	山東滷味燙	芋丸(*1)(炸)	炒高麗菜	奇美小鮮肉包		熱量： 777大卡 醣類： 76.5 g 脂肪： 44.8 g 蛋白質： 19.4 g
		新鮮魷魚圈(CAS) 18 公斤 紅蘿蔔(切絲) 6 公斤 油蔥酥(大-600g) 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 芹菜(末) 0.5 公斤	非基改黑豆干菜洲(K) 16 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 10 公斤 海帶結 6 公斤 滷包小腸切(30g)(小包) 6 包 貢丸(小)(國產) 6 公斤	芋丸(pc) 549 個 芋丸(pc-備品) 15 個	高麗菜(切實重) 15 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包	鮮肉包小(奇美) 549 個 鮮肉包小(奇美備品) 15 個		
餐數	549	全穀雜糧類:2.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.2份 蔬菜類:0.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:6.0份						
12月7日 星期四	小米飯(2.5K)(454人)	香酥旗魚排	紅燒豆腐	培根高麗菜	炒萵苣	玉米蛋花湯		熱量： 647大卡 醣類： 83.7 g 脂肪： 21.8 g 蛋白質： 28.3 g
		旗魚排(QR)安 454 片 旗魚排(QR)(安)備品 15 片	豆腐菜洲的(4.5K)非基改 8 板 滷肉(非野)(臺灣) 4.5 公斤 三色豆(1K/包) 3 公斤	高麗菜(切實重) 18 公斤 非基改豆干片(菜洲) 12 公斤 碎培根(黑橋牌) 5 公斤	萵苣(切實重) 30 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包	玉米粒(QR-K) 7 公斤 蛋(春明) 4.5 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.9份 蔬菜類:0.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.3份						
12月8日 星期五	白米飯(454人)	飄香肉燥	夜市鹹水時蔬	洋蔥炒蛋	炒有機油菜	冬瓜雞湯		熱量： 637大卡 醣類： 73.5 g 脂肪： 24.8 g 蛋白質： 28.3 g
		滷肉(非野)(臺灣) 25 公斤 碎瓜 7 公斤 油蔥酥(大)600g 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	百頁丁(中丁)菜洲 13 公斤 冷凍綠花椰菜(CAS) 10 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 10 公斤 脆筍片 6 公斤	蛋(春明) 23 公斤 洋蔥(切絲) 15 公斤	有機油菜(尚旺-非)切實重) 23 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包	冬瓜(切大丁) 18 公斤 上雞胸丁(QR) 4.5 公斤 薑片(0.6K/包) 1 包		
餐數	549	全穀雜糧類:4.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.9份 蔬菜類:1.6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

營養師：

午餐秘書：

校長：

2023/12/7 13:12