

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 112學年度第1學期第17週午餐菜單

材料用量

11車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
12月18日 星期一	白米飯	壽喜燒肉片	鐵板油豆腐	紅蘿蔔炒蛋	炒蚵白菜	海芽魚干湯	二月農委會豆(579+15)	熱量： 758大卡 醣類： 78.9 g 脂肪： 29.0 g 蛋白質： 44.3 g
		溫體肉片(井野)(臺灣) 27 公斤 洋蔥(切粗絲) 10 公斤 金針菇(QR) 5.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	非基改三角油類(菜油) 28 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 5 公斤 黑胡椒粒(大)600g 1 盒	蛋(春明) 32 公斤 紅蘿蔔(切絲) 16 公斤 玉米粒(QR-K) 3 公斤	蚵白菜(切實重) 28 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	溫體大骨(井野) 6 公斤 小魚干 1.5 公斤 海帶芽(乾) 0.6 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:3.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.4份						
12月19日 星期二	糙米飯(3.5K)	香酥魚排	干丁肉燥	古早味白菜滷	炒萵苣	菜頭大骨湯		熱量： 736大卡 醣類： 96.9 g 脂肪： 23.5 g 蛋白質： 33.0 g
		御師傅魚排(CAS) 549 片 御師傅魚排(CAS)備品 15 片 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	非基改小小豆干(菜油) 20 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 10 公斤 碎瓜 3 公斤 油蔥酥(大)600g 1 包	大白菜(切實重) 33 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 8 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 木耳(切絲) 1.5 公斤 非基改豆皮(K) 0.5 公斤	溫體大骨(菜油)(切實重) 30 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	菜頭(切中丁) 22 公斤 溫體大骨(井野) 3 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.6份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
12月20日 星期三	烏龍麵(84K)	肉片拼盤	香Q滷蛋	蜂蜜蛋糕	炒高麗菜	鍋燒什錦湯		熱量： 624大卡 醣類： 59.8 g 脂肪： 30.7 g 蛋白質： 27.7 g
		溫體肉片(小)井野 20 公斤 紅蘿蔔(切絲) 5.5 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	油雞蛋(國產:台灣) 549 個 油雞蛋(國產:台灣)備品 20 個 小醬包(30g)(小包) 6 包	蜂蜜蛋糕(標示日期) 579 個 蜂蜜蛋糕(6)備品 20 個	高麗菜(切實重) 15 公斤	貢丸(小)(國產) 6 公斤 玉米粒(QR-K) 3 公斤 油蔥酥(大)600g 1 包		
餐數	549	全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:0.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
12月21日 星期四	麥片飯(3.5K)	西西里雞翅	三鮮豆腐羹	桂竹筍炒肉絲	炒油菜	蔬菜蛋花湯		熱量： 696大卡 醣類： 81.8 g 脂肪： 25.2 g 蛋白質： 35.1 g
		西西里烤翅(CAS) 549 支 西西里烤翅(CAS)備 15 支	豆腐菜油(4.5K)非基改 8 板 生鮮鮭魚(國產)(CAS) 6 公斤 蝦仁(K)(QR)(包水) 6 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 3 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 3 公斤	熟桂竹筍 30 公斤 肉絲(井野)(臺灣) 8 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	油菜(切實重) 28 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包	高麗菜(切實重) 8 公斤 蛋(春明) 5.5 公斤 木耳(切絲) 1.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:4.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.2份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7份						
12月22日 星期五	白米飯	匈牙利燉肉	沙茶干片	田園玉蜀黍	炒有機苜蓿白菜	福氣湯圓		熱量： 797大卡 醣類： 112.4 g 脂肪： 25.3 g 蛋白質： 29.8 g
		溫體肉丁(井野)(臺灣) 30 公斤 洋芋(切中丁) 13 公斤 蕃茄(切中丁) 8 公斤 洋蔥(切中丁) 6 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	西芹菜(切片) 16.5 公斤 非基改豆干片(乾湖) 16.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 5.5 公斤 紅蘿蔔(切片) 3 公斤 沙茶醬(大-3K) 1 罐	玉米粒(QR-K) 22 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 5.5 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 5.5 公斤	有機苜蓿白菜(切實重) 30 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	小湯圓(桂)(1斤) 11 盒 二砂台糖(1K/包) 10 包 芋圓(0.6k/包) 6 包 大粉圓 5 公斤		
餐數	549	全穀雜糧類:6.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:1.4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

2023/12/18 15:02

營養師：

午餐秘書：

校長：