

彰化縣福興鄉管嶼國小 112學年度第二學期第2週菜單內容明細表

材料用量

日期	主食	主菜	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析
2月19日 星期一	白米飯	一品花雕雞	步步高升	小人森炒蛋	蒜香油菜	鍋燒什錦湯		醣類： 94.0 g 脂肪： 13.4 g 蛋白質： 32.4 g 熱量： 615大卡
		胛腿(胛腿丁CAS) 36Kg 高麗菜(切片) 12Kg 彩椒(大丁) 3Kg 青蔥(珠) 0.3Kg 蒜末 0.3Kg 薑片 0.3Kg	蘿蔔糕(50g*50片)小 554片 蘿蔔糕(50g*50片*備品)小 15片	雞蛋(kg)G 24Kg 胡蘿蔔(切絲) 12Kg 青蔥(珠) 0.3Kg	履歷油菜(切段) 30Kg 蒜末 0.5Kg	大白菜(切片) 16Kg 前腿肉片*米迪M 6Kg 竹輪(國產) 3Kg 胡蘿蔔(切絲) 1Kg 鴻喜菇 1Kg 青蔥(珠) 0.3Kg		
餐數 554								
2月20日 星期二	小米飯	歡喜骰子豬	圓滿獅子頭	蟹黃燒賣	蒜香青江	海味冬瓜盅		醣類： 90.8 g 脂肪： 8.0 g 蛋白質： 28.0 g 熱量： 534大卡
		前腿肉丁*米迪M 30Kg 洋蔥(大丁) 9Kg 彩椒(大丁) 3Kg 青蔥(珠) 0.5Kg 九層塔 0.3Kg 蒜末 0.3Kg	獅子頭(30g*CAS) 554個 大白菜(切片) 28Kg 獅子頭(30g*CAS)備 15個 胡蘿蔔(切絲) 2Kg 木耳絲 1Kg	蟹黃燒賣(20g*個) 554個 蟹黃燒賣(20g*個)備品 15個	履歷青江菜(切段) 30Kg 蒜末 0.5Kg	冬瓜(中丁) 14Kg 蛤仔(Q) 6Kg 大骨*米迪M 3Kg 薑絲 0.3Kg		
餐數 554								
2月21日 星期三	白米飯	黑胡椒豬柳	熱炒桂竹筍	小瓜鮮魷	經典小白菜	吉利排骨湯		醣類： 167.9 g 脂肪： 23.2 g 蛋白質： 35.0 g 熱量： 969大卡
		前腿豬柳*米迪M 30Kg 洋蔥(粗絲) 18Kg 胡蘿蔔(切片) 3Kg 黑胡椒醬(2.7K*罐) 1罐 青蔥(切段) 0.5Kg	桂竹筍(切段) 30Kg 胡蘿蔔(切絲) 3Kg 前腿肉絲*米迪M 2.5Kg 木耳絲 1Kg 青蔥(珠) 0.5Kg 蒜仁 0.3Kg	小黃瓜(切片) 20Kg 魷魚圈(KG)Q 5Kg 生香菇(切) 1.5Kg 胡蘿蔔(切片) 1.5Kg 蒜末 0.5Kg	履歷小白菜(切段) 30Kg 蒜末 0.5Kg	結頭菜(中丁) 18Kg 小排骨*米迪M 6Kg 芹菜(珠) 0.5Kg		
餐數 554								
2月22日 星期四	白米飯	紅燒魚片	螞蟻上樹	岩燒海苔丸子	有機菠菜	暗黑水晶凍		醣類： 106.0 g 脂肪： 5.4 g 蛋白質： 40.5 g 熱量： 619大卡
		鯊魚(切片*Q) 554片 鯊魚(切片*Q)備 15片 青蔥(切段) 0.5Kg 薑片 0.5Kg 豆鼓(KG) 0.3Kg	高麗菜(切片) 15Kg 冬粉(Kg*小捆) 6Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 3Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.5Kg 木耳絲 1Kg 蒜末 0.5Kg	海苔丸子 554個 海苔丸子(備品) 15個	有機菠菜(*切)欵 30Kg 蒜仁(0.6K*包) 1包	仙草凍(5k*包)榮L 8包 冬瓜糖塊 8個		
餐數 554								
2月23日 星期五	五穀飯	菲力雞排	塔香鮑菇豆腐	鮮蒸元寶	蒜香高麗菜	元氣四神湯		醣類： 107.9 g 脂肪： 14.5 g 蛋白質： 23.0 g 熱量： 639大卡
		和風雞排(90入*吉) 554片 和風雞排(90入*吉)備 15片	小三角油豆腐(Kg*榮)L 18Kg 洋蔥(切絲) 8Kg 杏鮑菇(頭切塊) 6Kg 九層塔(去梗) 0.3Kg	熟水餃(個*奇美味你好) 1108個 熟水餃(備品*奇美味你好) 30個	高麗菜(切片) 30Kg 胡蘿蔔(切絲) 2Kg 木耳絲 1Kg 蒜末 0.5Kg	白蘿蔔(中丁) 15Kg 小排骨*米迪M 5Kg 四神包 3包 大薏仁 2Kg		
餐數 554								

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

製表日期：113/01/29

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

營養師：

午餐執秘：

校長：