

A16 彰化縣福興鄉管嶼國民小學 108學年度第1學期第1週午餐食譜設計

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析						
							醣類(g)	主食類					
月							0	豆魚肉蛋類					
日							0	蔬菜類					
							0	油脂類					
							0	水果類					
							0	奶類					
							0						
月							0	豆魚肉蛋類					
日							0	蔬菜類					
							0	油脂類					
							0	水果類					
							0	奶類					
							0						
月							0	豆魚肉蛋類					
日							0	蔬菜類					
							0	油脂類					
							0	水果類					
							0	奶類					
							0						
月							0	豆魚肉蛋類					
日							0	蔬菜類					
							0	油脂類					
							0	水果類					
							0	奶類					
							0						
8月30日	白米飯	蒜泥白肉		青蔥菜脯蛋		炒高麗菜		味噌豆腐湯		醣類(g)	97	主食類	5.6
星期五		瘦肉片 36Kg	雞蛋 30Kg	高麗菜 42Kg	大骨 5.5Kg	大骨 5.5Kg	味噌(3K) 2盒	豆魚肉蛋類	2.7				
餐數		豆芽菜 12Kg	菜脯碎 8Kg	紅蘿蔔去皮 1.8Kg	味增(3K) 2盒	板豆腐(尺四) 2盤	蔬菜類	2.6					
550		洋蔥去皮 3Kg	青蔥 0.6Kg	木耳 1Kg	乾海帶芽 0.6Kg	青蔥 0.3Kg	油脂類	2.5					
		蒜泥 0.6Kg		蒜仁 0.6Kg			水果類						
		薑絲 0.6Kg					奶類						
							704.2	熱量(大卡)					

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

設計：

午餐秘書：

校長：