

S002 彰化縣福興鄉管嶼國小 113學年度第二學期第18週食譜設計(葷

菜單組成(單位：g) 及 材料用量

E

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
6月9日星期一	白米飯	萬巒豬腳 豬腳丁*米油M 51.12 27.5 Kg 前腿肉丁*貴米M 22.31 12 Kg 筍乾(濕) 18.59 10 Kg 小小豆輪 7.44 4 Kg 滷包 0.17 3 個 青蔥 0.74 0.4 Kg 薑片 0.74 0.4 Kg	御品白米油 大白菜(切片) 53.9 29 Kg 非基改豆皮(條) 2.05 11 條 前腿肉絲*米油M 12.08 6.5 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2.79 1.5 Kg 蝦米(冬蝦) 0.37 0.2 Kg	三杯杏鮑菇 百頁中丁*菜油L 30.67 16.5 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 30.67 16.5 Kg 胡蘿蔔(中丁) 6.13 3.3 Kg 九層塔 0.93 0.5 Kg 薑母 0.93 0.5 Kg	炒蚵白菜 復鹽蚵白(取切段) 59.48 32 Kg 蒜末 0.93 0.5 Kg	味噌海芽湯 大骨*米油M 5.58 3 Kg 味噌(3K*盒) 5.58 1 盒 乾海芽 0.93 0.5 Kg		全穀根莖類：5.0份 低脂乳品類：0.0份 豆魚肉蛋類：3.0份 蔬菜類：1.7份 水果類：0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量：594大卡
6月10日星期二	燕麥飯	塔香魷魚圈 前腿肉片*米油M 29.74 16 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 22.31 12 Kg 魷魚圈(2K*包)Q 40.89 11 包 洋蔥(大丁) 9.29 5 Kg 九層塔 0.37 0.2 Kg	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋(kg)G 44.61 24 Kg 胡蘿蔔(切絲) 27.88 15 Kg 青蔥(珠) 1.49 0.8 Kg	草菇豆腐 薄豆腐(大丁4.2K)L 55.95 7 盤 生香菇 8.36 4.5 Kg 秀珍菇 7.44 4 Kg 青蔥(珠) 1.12 0.6 Kg 蒜末 0.56 0.3 Kg	有機小松 有機小松菜(切段)菜青 59.48 32 Kg 蒜末 0.93 0.5 Kg	紫菜蛋花湯 雞蛋(kg)G 20.45 11 Kg 紫菜(150g) 0.56 2 個 青蔥(珠) 0.56 0.3 Kg		全穀根莖類：5.2份 低脂乳品類：0.0份 豆魚肉蛋類：3.5份 蔬菜類：1.2份 水果類：0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量：584大卡
6月11日星期三	白米飯	肉絲蛋炒飯 前腿肉片*米油M 30.67 16.5 Kg 雞蛋(kg)G 20.45 11 Kg 毛豆仁 10.22 5.5 Kg 青蔥 0.56 0.3 Kg	秘製滷蛋 滷蛋(粒) 60 538 個 滷蛋(粒)備品 1.67 15 粒	小銀絲卷 小銀絲卷(40g*大家) 40 538 個 小銀絲卷(40g*大家)備品 1.12 15 個	彩繪洋葱 洋葱(中丁) 20.45 11 Kg 三色豆(CAS) 16.73 9 Kg	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔(大丁) 32.53 17.5 Kg 小排骨*米油M 9.29 5 Kg 香菜 0.74 0.4 Kg	中央履歷豆奶	全穀根莖類：6.2份 低脂乳品類：0.0份 豆魚肉蛋類：2.9份 蔬菜類：0.8份 水果類：0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量：705大卡
6月12日星期四	紫米飯	回鍋肉片 前腿肉片*米油M 67.84 36.5 Kg 豆干片*榮洲L 14.87 8 Kg 洋蔥(中丁) 11.15 6 Kg 豆腐(3K*十全) 5.58 1 桶 青蔥 0.74 0.4 Kg 蒜末 0.74 0.4 Kg 紅辣椒 0.56 0.3 Kg	鮮菇拌青花 冷凍青花菜(CAS) 65.06 35 Kg 前腿肉絲*米油M 8.36 4.5 Kg 美白菇 6.51 3.5 Kg 胡蘿蔔(切片) 5.58 3 Kg 蒜末 0.93 0.5 Kg	田園四色 玉米粒(Q) 41.26 22.2 Kg 新鮮芋頭(小丁) 10.04 5.4 Kg 雞粒肉(雞粒)*米油M 9.29 5 Kg 三色豆(CAS) 5.02 2.7 Kg 毛豆仁 3.35 1.8 Kg 青蔥 0.56 0.3 Kg	縣產有機味美菜 有機味美菜(切段)菜青 59.48 32 Kg 蒜末 0.93 0.5 Kg	翡翠蛋花湯 雞蛋(kg)G 20.45 11 Kg 翡翠(KG)N 10.6 5.7 Kg		全穀根莖類：6.1份 低脂乳品類：0.0份 豆魚肉蛋類：2.8份 蔬菜類：1.7份 水果類：0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量：630大卡
6月13日星期五	白米飯(畢業扣餐(92))	樹子蒸魚 鯊魚(切片*Q) 100 446 片 鯊魚(切片*Q)備品 3.36 15 片 樹子(3K/罐) 6.73 1 罐 青蔥(切段) 1.12 0.5 Kg 薑絲 1.12 0.5 Kg	南瓜燒肉末 南瓜(小丁) 48.21 21.5 Kg 雞粒肉(雞粒)*米油M 13.45 6 Kg 洋蔥(中丁) 7.85 3.5 Kg	玉米蒸蛋 雞蛋(kg)G 51.57 23 Kg 玉米粒(Q) 10.09 4.5 Kg	炒大白菜 大白菜(切片) 56.05 25 Kg 蒜末 1.12 0.5 Kg	酸菜豬血湯 豬血(碎丁)(罐裝) 44.84 20 Kg 酸菜絲(醃) 7.85 3.5 Kg 大骨*米油M 6.73 3 Kg 韭菜 0.67 0.3 Kg 薑絲 0.45 0.2 Kg		全穀根莖類：5.1份 低脂乳品類：0.0份 豆魚肉蛋類：2.8份 蔬菜類：0.6份 水果類：0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量：656大卡

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

※本產品含有易引起過敏之食物，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其果敏體質者食用。

食譜設計：

午餐秘書：

校長：