

S002 彰化縣福興鄉管嶼國小 113學年度第二學期第21週食譜設計(筆)

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30日 星期一	白米飯	香油雞翅 雞翅(CAS)醃 100 446 支 雞翅(CAS)醃品類 3.36 15 支	洋蔥炒蛋 雞蛋(kg)G 44.84 20 Kg 洋蔥(切絲) 26.91 12 Kg 青蔥(珠) 0.67 0.3 Kg	蔥燒肉末豆腐 凍豆腐(大丁4.2K/L) 67.49 7 盤 粗絞肉*賞美M 12.33 5.5 Kg 三色豆(CAS) 3.36 1.5 Kg 青蔥 1.12 0.5 Kg	有機空心菜(切段)取淨 有機空心菜(切段)取淨 60.54 27 Kg 蒜末 1.12 0.5 Kg	玉米濃湯 馬鈴薯(小丁) 21.3 9.5 Kg 玉米粒(Q) 12.33 5.5 Kg 雞蛋(kg)G 8.97 4 Kg 玉米濃湯粉(1K) 4.48 2 包 胡蘿蔔(小丁) 3.59 1.6 Kg		全穀根莖類: 5.5份 低脂乳品類: 0.0份 豆魚肉蛋類: 3.5份 蔬菜類: 1.0份 水果類: 0.0份 油脂與堅果種子 0.0份 熱量: 648大卡
								蛋白質 脂肪 醣類 34.9 g 16.0 g 89.2 g
								全穀根莖類: 低脂乳品類: 豆魚肉蛋類: 蔬菜類: 水果類: 油脂與堅果種子 熱量:
								全穀根莖類: 低脂乳品類: 豆魚肉蛋類: 蔬菜類: 水果類: 油脂與堅果種子 熱量:
								全穀根莖類: 低脂乳品類: 豆魚肉蛋類: 蔬菜類: 水果類: 油脂與堅果種子 熱量:
								全穀根莖類: 低脂乳品類: 豆魚肉蛋類: 蔬菜類: 水果類: 油脂與堅果種子 熱量:

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: