

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第1學期第8週午餐菜單

材料用量

9車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
10月20日星期一	糙米飯(4K)	飄香肉燥 32 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 小小豆干丁(榮洲) 5 公斤 碎瓜 5 公斤 油蔥酥(小~300g) 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	蘿蔔燴什錦 26 公斤 菜頭(切片) 26 公斤 水發魷魚 8 公斤 白精靈菇 (QR) 5 公斤 紅蘿蔔(切片) 2 公斤 木耳(切絲) 1 公斤	菜脯蛋 30 公斤 碎脯(細) 10 公斤	炒高麗菜 33 公斤 高麗菜(切實重) 33 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	啵啵地瓜甜湯 11 包 二砂台糖(1K/包) 11 包 小湯圓(桂)(1斤) 11 盒 蕃薯(切小丁) 11 公斤 西谷米 3 公斤		熱量： 804大卡 醣類： 109.6 g 脂肪： 25.6 g 蛋白質： 32.9 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.4份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份						
10月21日星期二	白米飯	鐵板雞丁 35 公斤 雞丁(國產)(QR) 35 公斤 洋蔥(切大丁) 10 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 5 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	東北白菜鍋 31 公斤 大白菜(切實重) 31 公斤 蒜泥白肉片(井野) 10 公斤 金針菇(QR) 5 公斤 紅蘿蔔(切片) 2 公斤	鮮香蒸蛋盅 30 公斤 蛋. 30 公斤 玻璃紙 25 張 毛豆仁(冷凍) 3 公斤 濕香菇(QR) 2 公斤	炒履歷油菜 33 公斤 履歷油菜(切實重) 33 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	榨菜肉絲湯 15 公斤 榨菜絲-不辣 15 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 3 公斤		熱量： 669大卡 醣類： 73.2 g 脂肪： 25.3 g 蛋白質： 35.9 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:1.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份						
10月22日星期三	麵疙瘩(80K)	紅燒豬肉 20 公斤 溫體肉丁(井野)(臺灣) 20 公斤 小排骨(肉)井野 11 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K) 1 包	芋泥包 532 個 芋泥包(小)榮興(冷凍主食) 532 個 芋泥包(小)奇美商品 15 個	菜頭(切中丁) 12 公斤 菜頭(切中丁) 12 公斤 非基改小豆干(2.5cm)榮洲 11 公斤 黑輪條(小)QR 6 公斤 灌包(小)榮興(30g)(小包) 5 包 米血切丁(CAS) 5 公斤	炒豆芽菜 10 公斤 豆芽菜 10 公斤 木耳(切絲) 1 公斤	紅燒什錦湯 16 公斤 菜頭(切大丁) 16 公斤 灌筋丁罐頭(400G/罐) 11 罐 白精靈菇 (QR) 5 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 5 公斤 肉骨茶包 5 包		熱量： 1004大卡 醣類： 149.3 g 脂肪： 27.3 g 蛋白質： 38.8 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.1份 蔬菜類:1.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:3.0份						
10月23日星期四	蕎麥飯(4K)	香酥旗魚排 532 片 旗魚排(QR)(安) 532 片 旗魚排(QR)(安)瑞品 15 片 蕃薯粉(K) 5 公斤	麻婆豆腐 11 板 豆腐(菜油切4.5K)非基改 11 板 溫體絞肉(井野)(臺灣) 5 公斤 辣豆瓣醬大(3K) 1 桶	紅蘿蔔炒蛋 28 公斤 蛋 28 公斤 紅蘿蔔(切絲) 15 公斤	炒有機茼蒿白菜 33 公斤 有機茼蒿(菜油切4.5K)切實重 33 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	海芽蛋花湯 15 公斤 蛋. 15 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包 海帶芽(乾) 0.5 公斤		熱量： 720大卡 醣類： 74.9 g 脂肪： 28.0 g 蛋白質： 37.1 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.0份 蔬菜類:0.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份						
10月24日星期五	光復節補假							熱量： 0大卡 醣類： 0.0 g 脂肪： 0.0 g 蛋白質： 0.0 g
餐數 532		全穀雜糧類:0.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.0份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0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

2025/10/21 14:27

營養師：

午餐秘書：

校長：

依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物，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。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者請注意。