

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第1學期第9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27日 星期一	白米飯	韓式肉片 溫體肉片(井野)(臺灣) 33 公斤 大白菜(切實重) 11 公斤 素泡菜(3K/罐) 2 罐 碎蒜(0.6K/包) 1 包	海結滷豆干 小豆干(2.5cm)澎湖 20 公斤 海帶結 11 公斤 熟花生 3 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 2 公斤	春炒年糕 高麗菜(切實重) 26 公斤 年糕(條狀小)(約0.5K) 14 包 白精靈菇(QR) 5 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 3 公斤 紅蘿蔔(切片) 2 公斤	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	紫菜蛋花湯 蛋. 18 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包 紫菜 0.5 公斤		熱量： 718大卡 醣類： 82.4 g 脂肪： 27.5 g 蛋白質： 36.0 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.6份 蔬菜類:1.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
10月28日 星期二	薏仁飯(4K)	梅香雞丁 雞丁(國產)(QR) 35 公斤 紫蘇梅(600g) 5 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 薑片(0.6K) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	木須炒蛋 蛋. 28 公斤 木耳(切絲) 5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤	紅燒豆腐 豆腐漿洲(約4.5K) 10 板 溫體絞肉(井野)(臺灣) 5 公斤	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 35 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包	豆薯排骨湯 豆薯(切小丁) 20 公斤 小排骨(肉)井野 5 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤 薑片(0.6K) 1 包		熱量： 746大卡 醣類： 78.1 g 脂肪： 29.8 g 蛋白質： 38.9 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.2份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.1份 油脂與堅果種子類:1.9份						
10月29日 星期三	白米飯	白醬海陸燉飯 溫體肉絲(井野)(臺灣) 17 公斤 生鮮魷魚圈(CAS) 7 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 6 公斤 洋蔥(切小丁) 6 公斤 杏鮑菇頭(切小丁) 5 公斤 玉米濃湯粉(1K) 5 包	茶葉蛋 蛋(茶)(pc) 532 個 蛋(茶)(pc-備品) 15 個 滿包(30g-小包) 5 包 紅茶包小(標示日期) 5 包	香蔥吉拿棒(*1) 香蔥吉拿棒 532 個 香蔥吉拿棒(備品) 15 個	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 20 公斤 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤	護眼營養湯 菜頭(切中丁) 20 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 5 公斤 大骨(CAS) 3 公斤		熱量： 660大卡 醣類： 84.9 g 脂肪： 23.0 g 蛋白質： 26.8 g
餐數 532		蝦仁(K)(QR)(包冰) 4公斤,碎蒜(0.6K/包) 1包,冷凍蔥花 0.5公斤 全穀雜糧類:4.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.1份 蔬菜類:1.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份						
10月30日 星期四	燕麥飯(1K)	日式大根燒魚 鮭魚丁(QR)(K) 43 公斤 菜頭(切片) 16 公斤 味噌(K) 5 公斤 茼蒿絲捲(0.5K) 5 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 薑絲(0.6K/包) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	洋蔥炒蛋 蛋 30 公斤 洋蔥(切絲) 15 公斤	茄汁洋芋 洋芋(切中丁) 28 公斤 洋蔥(切中丁) 10 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 5 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 蕃茄醬(3K)可果美 1 罐	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	白菜鮮菇湯 大白菜(切實重) 16 公斤 濕香菇(QR) 8 公斤 大骨(CAS) 3 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 2 公斤		熱量： 726大卡 醣類： 90.8 g 脂肪： 22.5 g 蛋白質： 39.0 g
餐數 532		全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.8份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.1份						
10月31日 星期五	白米飯	萬聖節南瓜咖哩雞 上雞胸丁(QR) 35 公斤 南瓜(切中丁) 16 公斤 洋蔥(切大丁) 5 公斤 咖哩粉小磨坊(600g) 1 盒 蒜仁(0.6K/包) 1 包 冷凍蔥花 0.5 公斤	奶皇包 奶皇包(小) 532 個 奶皇包小-備品 15 個	奶焗花椰 冷凍綠花椰菜(CAS) 35 公斤 安佳無鹽奶油(100g) 5 條 通心麵(螺旋)500g 5 包 溫體絞肉(井野)(臺灣) 4 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤	炒有機青松菜 有機青松菜(影-尚結)(切) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	羅宋湯 洋芋(切小丁) 18 公斤 大骨(CAS) 5 公斤 洋蔥(切小丁) 3 公斤 蕃茄丁罐頭(2.5K/罐) 2 罐 西芹菜 2 公斤		熱量： 568大卡 醣類： 80.6 g 脂肪： 15.8 g 蛋白質： 25.8 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.9份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.1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

2025/10/23 15:46

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。