

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第1學期第12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
11月17日 星期一	補休不供餐							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						
11月18日 星期二	白米飯	麻香蒜頭雞 骨髓丁(CAS) 35 公斤 凍豆腐(中丁)非基改 12 公斤 高麗菜(切實重) 11 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 薑片(0.6K) 1 包 胡麻油(庫存) 0.1 庫存	敏豆炒鮮菇 冷凍敏豆 28 公斤 白精靈菇(QR) 6 公斤 紅蘿蔔(切片) 4 公斤 木耳(切絲) 3 公斤	玉米四寶 玉米粒(QR-K) 25 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 6 公斤 毛豆仁(冷凍) 4 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	綠豆QQ湯 綠豆 16 公斤 二砂台糖(1K/包) 15 包 (QQ)圓 6 公斤		熱量：919大卡 醣類：140.5 g 脂肪：22.6 g 蛋白質：38.7 g
餐數 532		全穀雜糧類:7.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.4份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.1份						
11月19日 星期三	拉麵(55K)	肉片拼盤 蒜泥白肉片(井野) 20 公斤 黃豆芽 13 公斤	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	香濃巧克力捲 香濃巧克力捲(40g)(奇美) 532 個 香濃巧克力捲(40g)(奇美) 15 個	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 15 公斤	味噌豚骨湯 玉米粒(QR-K) 15 公斤 味噌(K) 5 公斤 大骨(CAS) 5 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 5 公斤 蔥(0.5K/把) 1 把 海帶芽(乾)(龍牌/日期) 0.5 公斤		熱量：692大卡 醣類：104.3 g 脂肪：15.2 g 蛋白質：33.9 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.3份 蔬菜類:0.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.4份						
11月20日 星期四	薏仁飯(4K)	香酥旗魚排 旗魚排(QR)(安) 532 片 旗魚排(QR)(安)備品 15 片	麻婆豆腐 豆腐菜湯(約4.5K)非基改 8 板 溫體絞肉(井野)(臺灣) 5 公斤 辣豆瓣醬大(3K) 1 桶	鐵板洋蔥肉絲 洋蔥(切絲) 22 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 15 公斤 豆芽菜 5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 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	冬瓜大骨湯 冬瓜(切中丁) 20 公斤 大骨(CAS) 5 公斤		熱量：642大卡 醣類：77.6 g 脂肪：20.8 g 蛋白質：32.4 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.1份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.1份						
11月21日 星期五	蕎麥飯(4K)	紅燒豬腳 溫體肉丁(井野)(臺灣) 22 公斤 豬腳丁(有肉)井野 20 公斤 熟花生 3 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	三杯鮑菇豆干 非基改黑豆干大丁(第3K) 22 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 15 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 九層塔 0.5 公斤	紅蘿蔔炒蛋 蛋 28 公斤 紅蘿蔔(切絲) 13 公斤	炒有機小松菜 有機小松菜(尚結-那)(切) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	哈佛蔬菜湯 南瓜(切中丁) 16 公斤 高麗菜(切實重) 11 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 大骨(CAS) 2.5 公斤 木耳(切絲) 2.5 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包		熱量：703大卡 醣類：80.6 g 脂肪：24.9 g 蛋白質：38.4 g
餐數 532		全穀雜糧類:4.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.6份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.4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

2025/11/18 9:55

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。