

0024 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第1學期第13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24日 星期一	白米飯	打拋豬 溫體絞肉(井野)(臺灣) 35 公斤 小小豆干丁(榮洲) 12 公斤 洋蔥(切小丁) 7 公斤 蕃茄丁罐頭(2.5K/罐) 2 罐 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 九層塔 0.5 公斤	南瓜香菇炒毛豆 南瓜(切小丁) 15 公斤 毛豆仁(冷凍) 6 公斤 濕香菇(QR) 5 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 3 公斤	洋蔥炒蛋 蛋. 30 公斤 洋蔥(切絲) 15 公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	白菜針絲湯 大白菜(切實重) 12 公斤 金針菇(QR) 5 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 3 公斤 木耳(切絲) 2 公斤		熱量： 697大卡 醣類： 83.0 g 脂肪： 23.3 g 蛋白質： 37.2 g
餐數 532		全穀雜糧類:5.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.8份						
11月25日 星期二	紫米飯(4K)	宮保雞丁 上雞胸丁(CAS) 35 公斤 小小豆干丁(榮洲) 11 公斤 去皮油花生(K) 3 公斤 紅蘿蔔(切小丁) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	柴香豆腐燒 豆腐(菜油切4.5K)非基因 10 板 溫體絞肉(井野)(臺灣) 6 公斤 柴魚片大(600g) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	什錦貓耳朵 彩色麵疙瘩 16 公斤 高麗菜(切實重) 16 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 5 公斤 洋蔥(切絲) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 木耳(切絲) 0.5 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	榨菜肉絲湯 榨菜絲-不辣 10 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 4 公斤		熱量： 734大卡 醣類： 86.9 g 脂肪： 22.9 g 蛋白質： 42.1 g
餐數 532		全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:4.6份						
11月26日 星期三	白米飯	揚州炒飯 溫體絞肉(井野)(臺灣) 16 公斤 玉米粒(QR-K) 11 公斤 碎培根(津谷)CAS 6 公斤 三色豆(CAS-1K/包) 3 公斤 油蔥酥(大)600g 1 包 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	滷翅小腿(*1) 翅小腿(QR) 532 支 翅小腿(QR)備品 15 支 滷包(30g-小包) 5 包	滑嫩蒸水蛋 蛋. 30 公斤 玻璃紙 25 張 蔥(0.5K/把) 1 把	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 20 公斤	海芽魚干湯 大骨(CAS) 6 公斤 小魚干 0.5 公斤 海帶芽(乾)(龍牌)(日期) 0.5 公斤		熱量： 656大卡 醣類： 78.3 g 脂肪： 24.3 g 蛋白質： 28.1 g
餐數 532		全穀雜糧類:5.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.8份 蔬菜類:0.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.5份						
11月27日 星期四	白米飯	醬爆鮮魚丁 鮭魚丁(QR)(K) 50 公斤 洋蔥(切絲) 10 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 薑絲(0.6K/包) 1 包	炸鍋貼 鍋貼(CAS)(100粒/包) 6 包	客家小炒 豆干片(榮洲) 22 公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 5 公斤 西芹菜 5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 乾魷魚 0.5 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	紫菜蛋花湯 蛋. 10 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包 紫菜 0.5 公斤		熱量： 677大卡 醣類： 79.1 g 脂肪： 20.6 g 蛋白質： 41.0 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:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.8份						
11月28日 星期五	燕麥飯(4K)	蒜香奶油豬 溫體肉丁(井野)(臺灣) 35 公斤 洋芋(切中丁) 16 公斤 洋蔥(切中丁) 6 公斤 紅蘿蔔(切中丁) 3 公斤 奶油條安佳(454g) 1 條 碎蒜(0.6K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把	螞蟥上樹 冬粉(0.6K-包) 15 包 高麗菜(切實重) 15 公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 3 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 木耳(切絲) 2 公斤	菜脯蛋 蛋. 30 公斤 碎脯(細) 11 公斤	炒有機荷葉白菜 有機荷葉白菜(切實重) 35 公斤 碎蒜(0.6K/包) 1 包	蒜頭雞湯 冬瓜(切中丁) 18 公斤 上雞胸丁(QR) 5 公斤 濕香菇(小朵)(QR) 3 公斤 蒜仁(0.6K/包) 1 包		熱量： 730大卡 醣類： 95.9 g 脂肪： 22.8 g 蛋白質： 33.4 g
餐數 532		全穀雜糧類:5.9份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.3份 蔬菜類:1.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.8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

2025/11/24 15:26

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。