

S018 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第二學期第9週食譜設計

菜單組成 材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析		
4 月 7 日 星期 二	白 米 飯	喀拉雞排	什錦白菜羹	辣炒海帶根	有機黑葉白菜	酸辣湯		醣類： 47.5 g 脂肪： 17 g 蛋白質： 13 g 熱量： 395大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	2.8 0.9 1.1 2.5 0.0 0.0
		無骨香雞排(100片*片)60g 529 片 無骨香雞排100片60g備品 15 片	大白菜(切片) 26.5 Kg 脆筍絲(醃) 8.5 Kg 金針菇 4 Kg 前腿肉絲*米迪M 3.5 Kg 木耳絲 1 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1 Kg 蒜末 0.3 Kg 香菜 0.2 Kg	海帶根 23.5 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.2 Kg 九層塔(去梗) 0.2 Kg 蒜末 0.2 Kg 紅辣椒 0.1 Kg	有機黑葉白菜(切段)款哥 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	脆筍絲(醃) 5 Kg 雞蛋(kg)G 4.5 Kg 前腿肉絲*米迪M 2.5 Kg 粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 2 盤 胡蘿蔔(切絲) 1.3 Kg 木耳絲 0.5 Kg				
4 月 8 日 星期 三	燴 飯	白醬海陸什錦	茶葉蛋	奶黃包	青花菜	海芽魚丸湯		醣類： 50.5 g 脂肪： 19 g 蛋白質： 15.9 g 熱量： 436.6大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	3.3 1.3 0.2 2.5 0.0 0.0
		前腿肉絲*米迪M 15 Kg 馬鈴薯(中丁) 6.5 Kg 洋蔥(中丁) 5.5 Kg 魷魚圈(KG)Q 5.5 Kg 玉米粉(600g*包) 3 包 玉米濃湯粉(1K) 3 包 三色豆(CAS) 2.5 Kg <small>鮑丁(10)1.7x2kg,5包,每包45g,0.3kg裝</small>	茶葉蛋 529 個 茶葉蛋備品 15 個	小奶黃包(30g*桂冠) 529 個 小奶黃包(30g*桂冠)備品 15.01 個	冷凍青花菜(CAS) 13 Kg	小虱目魚丸(Q) 11.5 Kg 芹菜 0.3 Kg 乾海芽 0.3 Kg 薑絲 0.3 Kg				
4 月 9 日 星期 四	蕎 麥 飯	糖醋雞丁	麻婆豆腐	培根洋芋	有機萵苣	胡瓜湯		醣類： 44 g 脂肪： 20 g 蛋白質： 16.6 g 熱量： 422.4大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	2.7 1.5 0.7 2.5 0.0 0.0
		骨腿(骨腿丁CAS) 39.5 Kg 洋蔥(中丁) 8 Kg 彩椒(切片) 2 Kg 蕃茄醬(3K*罐)可果美(原膠) 2 罐 青蔥(切段) 0.3 Kg	粗豆腐(大丁4.5K*狂興) 7 盤 豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 5 Kg 洋蔥(中丁) 4 Kg 豆瓣醬(3K*十全) 1 桶 青蔥(珠) 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg	馬鈴薯(大丁) 22.5 Kg 碎培根(津谷*CAS) 7.5 Kg 玉米粒(Q) 4 Kg 毛豆仁 2.5 Kg 洋蔥(大丁) 2.5 Kg 蒜末 0.3 Kg	有機萵苣(切段)款哥 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	胡瓜(大丁) 19.5 Kg 大骨*米迪M 3 Kg 薑絲 0.3 Kg				
4 月 10 日 星期 五	芝 麻 飯	鐵板肉片	紅絲炒蛋	海苔魷魚丸	炒油菜	愛玉粉圓		醣類： 33 g 脂肪： 22.5 g 蛋白質： 18.6 g 熱量： 408.9大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	2.0 2.0 0.6 2.5 0.0 0.0
		前腿肉片*米迪M 37.5 Kg 洋蔥(中丁) 7.5 Kg 三色豆(CAS) 4 Kg 蘑菇醬(2.7K*罐) 1 罐 青蔥(切段) 0.5 Kg 蒜末 0.5 Kg	雞蛋(kg)G 24 Kg 胡蘿蔔(切絲) 15 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg	魷魚丸(個*立品CAS) 529 個 魷魚丸(個*立品CAS)備 15 個 柴魚片(110g/包) 1 包 日式照燒醬(1.8L*穀盛) 1 罐 海苔粉(200g*包)南 1 包	履歷油菜(切段) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	二砂糖(1Kg*包) 9 包 粉圓 7 Kg 愛玉(5K*包)榮L 5 包				

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/4/2

※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不適合對其果敏體質者食用。

營養師：

午餐執秘：

校長：