

S018 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第二學期第11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20日 星期一	白米飯	北平醬爆鴨	小籠湯包(*1)	鮮菇拌青花	有機蚵白菜	海芽蛋花湯		醣類： 58 g	全穀雜糧類 3.6	豆魚蛋肉類 1.2		
		鴨丁(Q) 40 Kg 大溪黑豆干(切9丁*榮L) 18 Kg 甜麵醬(3K*非基) 2 箱 青蔥(切段) 0.5 Kg 薑片 0.5 Kg	小籠湯包(永丞) 529 個 小籠湯包(永丞)備品 15 個	冷凍青花菜(CAS) 31 Kg 前腿肉絲*米迪M 4.5 Kg 美白菇 3.5 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 蒜末 0.3 Kg	有機蚵白菜(切段*歐哥) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 9 Kg 乾海芽 0.5 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg 薑絲 0.3 Kg						
餐數	529						熱量： 464.1大卡	脂肪： 18.5 g	蛋白質： 16.4 g	油脂類 2.5	水果類 0.0	乳品類 0.0
4月21日 星期二	胚芽飯	蒲燒鮭魚	茄汁蛋豆腐	菇菇百匯	炒油菜	冬瓜大骨湯		醣類： 41 g	全穀雜糧類 2.3	豆魚蛋肉類 1.3		
		蒲燒鮭魚(片*Q)玖捌 529 片 蒲燒鮭魚(片*Q)玖備品 15 片 洋蔥(切絲) 5 Kg	牛蕃茄大顆(去蒂頭) 14.5 Kg 雞蛋(kg)G 12.5 Kg 粗豆腐(大丁4.5K*狂興) 7 盤 青蔥 0.3 Kg	豆芽菜 18 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 生香菇(切) 4.5 Kg 秀珍菇 4.5 Kg 胡蘿蔔(切片) 2 Kg 蒜末 0.2 Kg	履歷油菜(切段) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	冬瓜(中丁) 17.5 Kg 大骨*米迪M 4 Kg 薑絲 0.4 Kg						
餐數	529						熱量： 387.8大卡	脂肪： 19 g	蛋白質： 14.7 g	油脂類 2.5	水果類 0.1	乳品類 0.0
4月22日 星期三	白米飯	沙茶豬肉燴飯	香Q滷蛋	紅豆奶香包	蒜香高麗菜	味噌豆腐湯		醣類： 51 g	全穀雜糧類 3.3	豆魚蛋肉類 1.4		
		前腿肉片*米迪M 17.5 Kg 玉米粒(Q) 11 Kg 洋蔥(切絲) 6.5 Kg 生香菇(切) 4.5 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2 Kg 沙茶醬(3K/罐) 1 罐	滷蛋(粒) 529 個 滷蛋(粒)備品 15 粒	紅豆短板條(南山) 529 個 紅豆短板條(南山)備品 15 個	高麗菜(切片) 15 Kg 蒜末 0.4 Kg	粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 4 盤 大骨*米迪M 4 Kg 味噌(3K*盒) 1 盒 小魚干(KG*) 0.5 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg						
餐數	529						熱量： 446.3大卡	脂肪： 19.5 g	蛋白質： 16.7 g	油脂類 2.5	水果類 0.0	乳品類 0.0
4月23日 星期四	五穀米	黑胡椒豬柳	日式壽喜燒	豬茸玉米	有機青松菜	黃瓜肉絲湯		醣類： 61 g	全穀雜糧類 3.7	豆魚蛋肉類 1.2		
		前腿豬柳*米迪M 32.5 Kg 洋蔥(中丁) 12.5 Kg 三色豆(CAS) 5 Kg 黑胡椒醬(2.7K*罐) 1 罐 青蔥(切段) 0.5 Kg 蒜末 0.5 Kg	高麗菜(切片) 23.5 Kg 洋蔥(中丁) 5 Kg 金針菇 3 Kg 火鍋肉片*米迪M 2 Kg 鴻喜菇 1.5 Kg 粗豆腐(大丁4.5K*狂興) 1 盤 青蔥(珠) 0.2 Kg	玉米粒(Q) 27 Kg 豬絞肉(絞肉*米迪M) 5.5 Kg 毛豆仁 3 Kg 胡蘿蔔(小丁) 3 Kg 蒜末 0.5 Kg	有機青松菜(切段*欽) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	胡瓜(中丁) 19.5 Kg 前腿肉絲*米迪M 4.5 Kg 薑絲 0.4 Kg						
餐數	529						熱量： 478.1大卡	脂肪： 18.5 g	蛋白質： 16.9 g	油脂類 2.5	水果類 0.0	乳品類 0.0
4月24日 星期五	白米飯	日式照燒雞	蕃茄炒蛋	三杯黑豆干	炒青江菜	QQ仙草蜜		醣類： 49 g	全穀雜糧類 3.0	豆魚蛋肉類 1.5		
		骨腿(骨腿丁CAS) 39.5 Kg 洋蔥(大丁) 13 Kg 照燒醬(2.4K*小香)同批 2 罐 胡蘿蔔(中丁) 1.2 Kg 青蔥(切段) 0.4 Kg 蒜末 0.4 Kg 薑片 0.4 Kg	雞蛋(kg)G 24 Kg 牛蕃茄(大丁) 14 Kg 洋蔥(中丁) 2 Kg 蕃茄醬(3L*歐美特) 1 罐 青蔥(珠) 0.3 Kg	杏鮑菇(頭切塊) 18 Kg 大溪黑豆干(切9丁*榮L) 14 Kg 胡蘿蔔(中丁) 3.5 Kg 九層塔 0.4 Kg 薑片 0.4 Kg	履歷青江菜(切段) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	二砂糖(1Kg*包) 8 包 仙草凍(5k*包)榮L 8 包 QQ 7 Kg						
餐數	529						熱量： 445.2大卡	脂肪： 20 g	蛋白質： 17.3 g	油脂類 2.5	水果類 0.0	乳品類 0.0

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/4/18

※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：