

S018 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第二學期第12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		
								醣類：	全穀雜糧類	
4月27日 星期一	白米飯	法式香榭雞排	布丁蒸蛋	熱炒桂竹筍	有機黑葉白菜	鮮筍排骨湯		醣類：	全穀雜糧類	2.8
		雞排(TS5*CAS) 529 片 雞排(TS5*CAS)備品 15 片 義大利香料(100g)分裝 1 包	雞蛋(kg)G 27 Kg 玻璃紙(50入*包) 1 包	桂竹筍(切段) 29 Kg 前腿肉絲*米迪M 7 Kg 木耳絲 1 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1 Kg 青蔥(切段) 0.5 Kg 蒜末 0.5 Kg	有機黑葉白菜(切段)歐哥 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	鮮筍(切片) 15 Kg 中骨*陸輝 6.5 Kg 薑片 0.4 Kg		脂肪：46 g 蛋白質：22 g 熱量：19.7 g 460.8大卡	豆魚蛋肉類 1.9 蔬菜類 0.8 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
4月28日 星期二	糙米飯	蔥油雞	小瓜炆黑輪	花生小魚乾	蒜炒空心菜	珍菇肉絲湯		醣類：	全穀雜糧類	2.3
		骨腿(骨腿丁CAS) 39.5 Kg 洋蔥(切絲) 9 Kg 蒜泥 0.5 Kg 薑泥 0.5 Kg 青蔥 0.4 Kg	小黃瓜(切片) 21.5 Kg 黑輪切片(國產) 10 Kg 金針菇 3 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg 木耳絲 1 Kg 蒜末 0.5 Kg	豆干片*榮洲L 16 Kg 油花生 5.5 Kg 芹菜(切段) 5 Kg 小魚干(KG*) 4.5 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg 紅辣椒 0.1 Kg	履歷空心菜(切段) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	前腿肉絲*米迪M 5.5 Kg 金針菇 4.5 Kg 脆筍絲(醃) 4.5 Kg 木耳絲 2 Kg 薑絲 0.2 Kg		脂肪：39 g 蛋白質：22 g 熱量：18.8 g 429.2大卡	豆魚蛋肉類 1.9 蔬菜類 0.9 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
4月29日 星期三	小烏龍麵(66K)	台式炒烏龍	茶葉蛋	冰心地瓜	高麗菜	玉米濃湯		醣類：	全穀雜糧類	2.4
		前腿肉絲*米迪M 17 Kg 豆芽菜 6 Kg 洋蔥(切絲) 5.5 Kg 韭菜(切段) 2 Kg 青蔥 0.4 Kg 乾香菇絲(Kg) 0.4 Kg 蒜末 0.4 Kg	茶葉蛋 529 個 茶葉蛋備品 15 個	履歷冰心地瓜(條格) 529 條 履歷冰心地瓜(條格)備品 15 條	高麗菜(切片) 15 Kg	馬鈴薯(小丁) 11 Kg 玉米粒(Q) 6 Kg 雞蛋(kg)G 5.5 Kg 玉米濃湯粉(1K) 2 包 胡蘿蔔(小丁) 2 Kg		脂肪：37.5 g 蛋白質：17.5 g 熱量：12.1 g 355.9大卡	豆魚蛋肉類 1.0 蔬菜類 0.3 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
4月30日 星期四	蕎麥飯	五味海鮮	熊貓豆腐	水晶肉圓	有機味美菜	紫菜蛋花湯		醣類：	全穀雜糧類	2.9
		洋蔥(切絲) 13 Kg 魷魚圈(2K*包)Q 11 包 蝦仁(Q) 9.5 Kg 泰式酸甜醬(810g*罐) 4 罐 小黃瓜(切片) 4.5 Kg 彩椒(中丁) 2 Kg 蒜末 0.6 Kg 香菜 0.3 Kg	鴨血(切塊) 14 Kg 豬絞肉(粗絞肉*米迪)M 6 Kg 粗豆腐(大丁4.5K*莊興) 5 盤 金針菇 4 Kg 蒜末 0.5 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg	肉圓(50g*奇津) 529 個 肉圓(50g*備品*奇津) 15 個	有機味美菜(切*歐哥) 32 Kg 蒜末 0.3 Kg	雞蛋(kg)G 11 Kg 紫菜(150g) 2 個 青蔥(珠) 0.3 Kg		脂肪：46.5 g 蛋白質：23.5 g 熱量：21.8 g 484.7大卡	豆魚蛋肉類 2.2 蔬菜類 0.6 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	
4月	日期									
	星期									
	餐數									

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/4/24

※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：