

# 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	香雞排	布丁蒸蛋	熱炒桂竹筍	有機黑葉白菜	鮮筍丸子湯		醣類： 79.5 g	全穀雜糧類 5.0	豆魚蛋肉類 2.3
		素雞排(個*彰南)N 25 個 素雞排(個*彰南)備品N 4 個	雞蛋(kg)G 1.3 Kg 玻璃紙(50入*包) 葷取 包	桂竹筍(切段) 1.3 Kg 素肉絲(濕)N 0.3 Kg 木耳絲 0.1 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.1 Kg	有機黑葉白菜(切段)啟哥 葷取 Kg	鮮筍(切片) 0.7 Kg 素丸子(KG)N 0.2 Kg 薑片 0.1 Kg				
餐數	25							熱量： 642大卡		
4月28日 星期二	糙米飯	芋荷包	小瓜炆黑輪	花生小魚乾	炒空心菜	珍菇皮絲湯		醣類： 64 g	全穀雜糧類 4.0	豆魚蛋肉類 1.5
		素芋荷包(60g*彰南)N 25 個 素芋荷包(60g*彰南)備品N 4 個	小黃瓜(切片) 1 Kg 素黑輪片(切片)N 0.5 Kg 木耳絲 0.1 Kg 金針菇 0.1 Kg 胡蘿蔔(切片) 0.1 Kg	豆干片*榮洲L 1 Kg 紅辣椒(兩) 1 兩 油花生 0.3 Kg 芹菜(切段) 0.2 Kg	履歷空心菜(切段) 葷取 Kg	金針菇 0.2 Kg 素皮絲(KG)N 0.2 Kg 脆筍絲(醃) 0.2 Kg 木耳絲 0.1 Kg				
餐數	25							熱量： 513.2大卡		
4月29日 星期三	小烏龍麵(3K)	台式炒烏龍	茶葉蛋	冰心地瓜	高麗菜	玉米濃湯		醣類： 66 g	全穀雜糧類 4.3	豆魚蛋肉類 1.1
		豆芽菜 0.3 Kg 金針菇 0.2 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.2 Kg 乾香菇絲(Kg) 0.1 Kg	茶葉蛋 25 個 茶葉蛋備品 4 個	履歷冰心地瓜(條格) 25 條 履歷冰心地瓜(條格)備品 4 條	高麗菜(切片) 葷取 Kg	掛寶(素)金黃玉米濃湯包 1 包 馬鈴薯(小丁) 0.5 Kg 玉米粒(Q) 0.3 Kg 雞蛋(kg)G 0.3 Kg 胡蘿蔔(小丁) 0.1 Kg				
餐數	25							熱量： 492.4大卡		
4月30日 星期四	蕎麥飯	紅麴素肉排	肉末豆腐	水晶肉圓	有機味美菜	紫菜蛋花湯		醣類： 78.5 g	全穀雜糧類 5.2	豆魚蛋肉類 2.0
		紅麴素肉排(片)N 25 片 紅麴素肉排(片)備品N 4 片	傳統豆腐(2k*盒)L 1 盒 金針菇 0.2 Kg 乾素肉末N 0.2 Kg	素肉圓(50g*奇津)N 25 個 素肉圓(50g*備品*奇津)N 4 個	有機味美菜(切*啟哥) 葷取 Kg	紫菜(兩) 1 兩 雞蛋(kg)G 0.3 Kg				
餐數	25							熱量： 614.5大卡		
5月1日 星期五										

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：