

S018 彰化縣福興鄉管嶼國小 114學年度第二學期第19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			
6月15日 星期一	白米飯	燒烤雞翅	香鬆蒸蛋	三杯杏鮑菇	有機空心菜	冬菜筍片湯		醣類：	全穀雜糧類	2.3	
		燒烤雞翅W6(CAS*卜豬)代 438 支 燒烤雞翅W6(CAS*卜豬)備 10 支	雞蛋(kg)G 23 Kg 蒸蛋紙(50張*包) 1 包 味島香鬆(500g*包)北 1 包	百頁中丁*榮洲L 13.5 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 13.5 Kg 胡蘿蔔(中丁) 2.5 Kg 九層塔 0.4 Kg 薑片 0.4 Kg	有機空心菜(切段)歐哥 26.5 Kg 蒜末 0.3 Kg	鮮筍(切片) 12.5 Kg 小排骨*米迪M 4.5 Kg 冬菜(Kg) 0.5 Kg 薑絲 0.3 Kg		脂肪：37.5 g 蛋白質：20.5 g 熱量：16.4 g	豆魚蛋肉類 1.6 蔬菜類 0.6 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0		
餐數	438							400.1大卡			
6月16日 星期二	糙米飯	可樂滷肉	砂鍋滷白菜	黑糖銀絲卷	炒油菜	熊貓奶茶		醣類：	全穀雜糧類	2.3	
		前腿肉丁*貴美M 27 Kg 白蘿蔔(中丁) 11.5 Kg 胡蘿蔔(中丁) 2.5 Kg 滷包 2 個 可樂(2L*大) 2 瓶 老薑片 0.2 Kg 蒜仁 0.2 Kg	大白菜(切片) 25.5 Kg 金針菇 4.5 Kg 胡蘿蔔(切絲) 1.5 Kg 非基改豆皮(1.8K*袋)N 1 袋 柴魚片(300g/包) 1 包 木耳絲 1 Kg 蝦米(冬蝦) 0.2 Kg	沖繩小銀絲卷40g*奇美 438 個 沖繩小銀絲卷40g*奇美備品 10 個	履歷油菜(切段) 26.5 Kg 蒜末 0.3 Kg	二砂糖(1Kg*包) 7 包 粉圓(3K*包) 3 包 奶粉 3 Kg 紅茶(600g)菊元 1 包		脂肪：38.5 g 蛋白質：16.5 g 熱量：11 g	豆魚蛋肉類 0.8 蔬菜類 0.8 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0		
餐數	438							346.5大卡			
6月17日 星期三	白油麵(60K)	肉羹	蜜汁翅腿	香Q滷蛋	高麗菜	什錦肉羹湯		醣類：	全穀雜糧類	1.4	
		赤肉羹(裕興) 15 Kg	翅小腿(支*Q) 876 支 翅小腿(支*Q)備品 20 支 烤肉醬(240g) 6 瓶 熟白芝麻 0.1 Kg	滷蛋(粒) 438 個 滷蛋(粒)備品 10 粒	高麗菜(切片) 13 Kg	脆筍絲(醃) 7 Kg 金針菇 5 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg 木耳絲 1.5 Kg 油蔥酥(600g) 1 包 柴魚片(600g/包) 1 包 乾香菇絲(Kg) 0.3 Kg		脂肪：22.5 g 蛋白質：21 g 熱量：15 g	豆魚蛋肉類 1.7 蔬菜類 0.3 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0		
餐數	438							339大卡			
6月18日 星期四	五穀飯	虱目魚排	韓式部隊鍋	翡翠魷魚	有機莧菜	味噌海芽湯		醣類：	全穀雜糧類	2.0	
		虱目魚排CAS(拾拾*60g) 438 片 虱目魚排CAS(拾拾*60g)備品 10 片	王子麵(50g*滷味用) 57 包 大白菜(切片) 22 Kg 火鍋肉片*貴美 6 Kg 金針菇 4 Kg 鑫鑫腸(Kg) 4 Kg 韓式泡菜(3K*包) 2 包 胡蘿蔔(中丁) 1.5 Kg	小黃瓜(切片) 15.5 Kg 杏鮑菇(頭切片) 7.5 Kg 水發魷魚 5 Kg 胡蘿蔔(切片) 2 Kg 木耳絲 0.8 Kg 蒜末 0.3 Kg	有機莧菜(切段)歐哥彰化 26.5 Kg 蒜末 0.3 Kg	大骨*米迪M 2.5 Kg 味噌(3K*盒) 1 盒 乾海芽 0.4 Kg		脂肪：34 g 蛋白質：17.5 g 熱量：11.8 g	豆魚蛋肉類 1.0 蔬菜類 0.8 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0		
餐數	438							340.7大卡			
6月19日 星期五											
餐數											

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/6/12

※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：