

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第2學期第1週午餐菜單

材料用量

10車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
9月1日 星期一	白米飯(胚芽先送2K)	招牌滷豬腳	奶香洋蔥培根	毛豆炒蛋	炒高麗菜	味噌魚干湯	福樂保久乳(145)(精進8元)	熱量: 886大卡 醣類: 96.2g 脂肪: 36.5g 蛋白質: 41.6g
		豬腳丁(有肉)并野 7.5公斤 菜頭(去皮) 4.5公斤 溫體肉丁(并野)(整塊) 4公斤 紅蘿蔔(去皮) 1公斤 蒜仁(0.3K/包) 1包 冷凍蔥花 0.3公斤	洋蔥(去皮) 9公斤 碎培根(津谷)CAS 2.5公斤 奶油條安佳(100g) 2條 豆芽菜 2公斤	蛋. 8公斤 毛豆仁(冷凍) 1.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 1公斤	高麗菜(切實重) 10公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.8公斤	味噌(K) 2公斤 大骨(CAS) 0.8公斤 小魚干 0.5公斤 海帶芽(乾) 0.2公斤		
餐數	145	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:1.1份 豆魚蛋肉類:3.1份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:3.1份						
9月2日 星期二	胚芽米飯	宮保雞丁	滷蛋	鮮菇拌青花	炒蚵白菜	酸菜豬血湯		熱量: 753大卡 醣類: 90.1g 脂肪: 26.0g 蛋白質: 38.7g
		上雞胸丁(CAS) 12公斤 洋蔥(去皮) 3公斤 乾辣椒(兩) 1兩 油花生(K) 1公斤 碎蒜(0.3K/包) 1包 冷凍蔥花 0.3公斤	滷雞蛋(國產:台灣) 145個 滷雞蛋(國產:台灣)(備品) 5個	冷凍綠花椰菜(CAS) 9公斤 白精靈菇(QR) 1.5公斤 玉米筍(QR) 0.8公斤 鴻喜菇(QR) 0.8公斤	蚵白菜(切實重) 10公斤	豬血 6公斤 大骨(CAS) 1.5公斤 酸菜絲 1.5公斤 韭菜(切段) 0.8公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5包		
餐數	145	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:6.7份						
9月3日 星期三	白米飯(燕麥2K先送)	蝦仁肉絲蛋炒飯	東山滷豆干	芋泥包	炒青江菜	虱目魚丸湯	水果(145+5)(精進20元)	熱量: 930大卡 醣類: 136.7g 脂肪: 26.7g 蛋白質: 36.5g
		溫體肉絲(并野)(整塊) 4.5公斤 洋蔥(去皮) 1.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 1.5公斤 蛋. 1.5公斤 蝦仁(K)(QR)(包水) 1.5公斤 蒜仁(0.3K/包) 1包 冷凍蔥花 0.3公斤	小豆干(2.5cm)原洲 9公斤 滷包(30g-小包) 2包 海帶結 1.5公斤 不辣辣椒 0.1公斤 八角(K) 0.1公斤	芋泥包(大) 145個 芋泥包(大)備品 5個	青江菜(切實重) 10公斤	菜頭(去皮) 4公斤 虱目魚丸(CAS) 2公斤 大骨(CAS) 0.8公斤 芹菜(去頭葉) 0.3公斤		
餐數	145	全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.9份 蔬菜類:1.3份 水果類:1.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
9月4日 星期四	燕麥飯	沙茶魚片	麻婆豆腐	肉香芽菜	炒油菜	翡翠羹湯		熱量: 748大卡 醣類: 84.7g 脂肪: 25.7g 蛋白質: 43.1g
		水產魚片(7-8)(QR)(pc) 145片 水產魚片(7-8)(備品)(QR)(pc) 5片 洋蔥(去皮) 1.5公斤 沙茶醬(中-737g) 1罐 蒜仁(0.3K/包) 1包 薑絲(0.6K/包) 0.5包 冷凍蔥花 0.3公斤	封口豆腐(約4.5K)原洲 3盒 溫體肉絲(并野)(整塊) 1公斤 凍豆腐(非基改600g) 1罐	豆芽菜 7公斤 溫體肉絲(并野)(整塊) 3公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.8公斤 韭菜(切) 0.8公斤	油菜(切實重) 10公斤	翡翠羹(0.3K) 3盒 蛋. 2.5公斤		
餐數	145	全穀雜糧類:4.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8份						
9月5日 星期五	地瓜飯(蕃薯3K)	瓜仔雞	白菜滷	洋芋蒸蛋	炒有機味美菜	針菇肉絲湯	水果(145+5)(精進20元)	熱量: 806大卡 醣類: 90.4g 脂肪: 31.5g 蛋白質: 38.5g
		骨腿丁(CAS) 12公斤 蔴瓜罐(380g)(備品) 3罐 蒜仁(0.3K/包) 1包 薑片(0.3K) 1包 冷凍蔥花 0.3公斤	大白菜(切半去心) 11公斤 溫體肉絲(并野)(整塊) 1.5公斤 金針菇(QR) 1公斤 木耳(切絲) 0.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.5公斤 非基改豆皮卷(K) 0.2公斤	玻璃紙 10張 蛋 7.5公斤 洋芋(去皮) 3公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.8公斤	有機味美菜(尚結)(切) 10公斤	溫體肉絲(并野)(整塊) 1.5公斤 金針菇(QR) 1.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.8公斤		
餐數	146	全穀雜糧類:4.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.2份 蔬菜類:1.8份 水果類:1.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						

豬肉來源:台灣(豬肉可食部位原料原產地皆為台灣)

承富實業股份有限公司 電話:04-8831965 傳真:04-8832612

2025/8/26 13:49

營養師:

午餐秘書:

校長:

依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物,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品。菜單如有使用上述食材,對菜單上述食材過敏者請注意。