

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第1學期第6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
10月6日 星期一	中秋放假							熱量： 0大卡 醣類： 0.0 g 脂肪： 0.0 g 蛋白質： 0.0 g
餐數	145	全穀雜糧類:0.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.0份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0份						
10月7日 星期二	小米飯	椒鹽雞肉米血 12 公斤 清雞胸肉丁(CAS) 4 公斤 米血切丁(CAS) 1 包 蒜仁(0.3K/包) 1 包 薑片(0.3K) 0.5 把 蔥(0.5K/把) 0.1 公斤 九層塔	蜜薯豆干 5 公斤 蕃薯 5 公斤 二砂台糖(1K/包) 3 包 白芝麻(熟) 0.2 公斤	塔香炒蛋 10 公斤 蛋 0.3 公斤 九層塔	炒履歷空心菜 10 公斤 履歷空心菜(切實重)	熊貓奶茶 4 包 紅茶包小 3 包 二砂台糖(1K/包) 1.5 公斤 大粉圓 1.5 公斤 白玉粉團(KX日期) 1 公斤 奶粉(K)	福樂保久乳(145+5)(精進20元)	熱量： 1167大卡 醣類： 159.3 g 脂肪： 36.1 g 蛋白質： 50.2 g
餐數	145	全穀雜糧類:6.6份 乳品類:1.1份 豆魚蛋肉類:4.8份 蔬菜類:0.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.2份						
10月8日 星期三	白米飯	嘉義雞肉飯 7.5 公斤 滷雞絞肉(粗梗)井野 4 公斤 熟雞肉絲(1K/包)(CAS) 1.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1.5 公斤 濕香菇(小朵)(QR) 1 包 蒜仁(0.3K/包) 0.3 公斤 紅蔥頭(碎)	麻婆豆腐 3 盒 封口豆腐(約4.5K)菜油 1 公斤 滷雞絞肉(井野)(整塊) 1 公斤 辣豆瓣醬(小4非蒸改600g) 1 罐	巧克力捲(※) 145 個 奇嘉巧克力捲(40gX奇嘉) 5 個 奇嘉巧克力捲(40gX奇嘉)	炒履歷青江菜 10 公斤 履歷青江菜(切實重)	蕃茄蔬菜鮮菇湯 2 公斤 大白菜(切實重) 1.5 公斤 蕃茄 1.5 公斤 袖珍菇(QR) 1.5 公斤 大骨(CAS) 1 公斤 薑母 0.2 公斤	水果(145+5)(精進20元)	熱量： 848大卡 醣類： 105.9 g 脂肪： 31.2 g 蛋白質： 37.9 g
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:1.3份 水果類:1.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
10月9日 星期四	五穀米飯(自備)	三杯魷魚圈 12 公斤 新鮮魷魚圈(CAS) 1.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1 包 蒜仁(0.3K/包) 0.5 把 蔥(0.5K/把) 0.2 公斤 九層塔	蔥爆肉絲 9 公斤 洋蔥(去皮) 2 公斤 紅蘿蔔(去皮) 1 公斤 蔥(0.5K/把) 0.5 把	黑椒洋蔥炒蛋 9 公斤 蛋 4.5 公斤 洋蔥(去皮) 2 罐 黑胡椒粒(小罐)X25g	炒有機油江菜 10 公斤 有機油江菜(尚此切實重)	肉骨茶湯 5 公斤 冬瓜(去皮籽) 2 包 肉骨茶包 1.5 公斤 小排骨(肉)井野 0.5 包 薑絲(0.6K/包)		熱量： 760大卡 醣類： 106.1 g 脂肪： 23.0 g 蛋白質： 31.4 g
餐數	145	全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:1.6份 蔬菜類:2.2份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份						
10月10日 星期五	雙十放假							熱量： 0大卡 醣類： 0.0 g 脂肪： 0.0 g 蛋白質： 0.0 g
餐數	146	全穀雜糧類:0.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:0.0份 蔬菜類:0.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.0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

2025/9/30 12:53

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。