

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第1學期第18週午餐菜單

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析	
								光泉保久乳(145±5)(精進20元)	熱量 : 898大卡 醣類 : 94.8 g 脂肪 : 37.8 g 蛋白質 : 45.1 g
12月29日星期一	白米飯	椒鹽雞肉米血	涼拌小黃瓜	塔香炒蛋	炒高麗菜	蕃茄蔬菜鮮菇湯			
全穀雜糧類:5.0份 乳品類:0.9份 豆魚蛋肉類:4.1份 蔬菜類:1.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:3.1份									
12月30日星期二	白米飯(紫米先送25%) <small>排餐量減半</small>	奶油蘑菇燉飯	卡滋香酥魚條(*1)	黑糖銀絲卷(*1)	炒履歷菠菜	香菇雞湯			
全穀雜糧類:6.4份 乳品類:0.1份 豆魚蛋肉類:1.2份 蔬菜類:0.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份									
12月31日星期三	紫米飯	蒸瓜仔肉餅	蕃茄炒蛋	客家小炒	炒履歷青江菜	結頭玉米湯	百香果(145±5)(精進20元)		
全穀雜糧類:5.5份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.4份 水果類:0.3份 油脂與堅果種子類:1.9份									
1月1日星期四	X元旦放假								
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									
1月2日星期五	地瓜飯(蕃薯3K)	三杯魷魚圈	蔥爆肉絲	黑椒洋蔥炒蛋	炒有機小松菜	肉骨茶湯	橘子(146±5)(精進20元)		
全穀雜糧類:4.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.9份 蔬菜類:2.1份 水果類:0.0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

2025/12/22 11:54

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。