

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第1學期第20週午餐菜單

材料用量

日期	主食	主菜		副菜		副菜		副菜		湯		水果 光泉保久乳(145±5)(精進20元)	營養分析 熱量： 898大卡 醣類： 100.2 g 脂肪： 35.0 g 蛋白質： 44.1 g	
		肉骨茶	夜市鹹水雞	麻婆豆腐	炒高麗菜	菜頭玉米貢丸湯	高麗菜(切實重)	封口豆漿(1.2Kg)非基改黃豆	紅蘿蔔(去皮)	貢丸(小)(國產)	香菜(150g/把)			
1月12日星期一	白米飯(蕎麥先送2K)	小排骨(肉)(井野) 溫體肉丁(小)(井野)	5 公斤 4.5 公斤	骨腿丁(CAS) 冷凍綠花椰菜(CAS)	4 公斤 1.5 公斤	封口豆漿(約4.5Kg)臺灣	2 盒	高麗菜(切實重)	10 公斤	菜頭(去皮)	4 公斤	光泉保久乳(145±5)(精進20元)		
		菜頭(去皮)	4 公斤	杏鮑菇(頭)(QR)	1.5 公斤	冷凍綠花椰菜(CAS)	2 盒	紅蘿蔔(去皮)	0.8 公斤	貢丸(小)(國產)	1.5 公斤			
		肉骨茶包	2 包	百頁丁(中丁)臺灣	1.5 公斤	封口豆漿(約4.5Kg)臺灣	1 公斤	香菜(150g/把)	0.5 把					
		蒜仁(0.3K/包)	1 包	脆筍片	1.5 公斤		0 罐							
		紅蘿蔔(去皮)	0.5 公斤	蔥(0.5K/把)	0.5 把									
		蔥(0.5K/把)	0.5 把	薑母(0.2公斤)										
		全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.9份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:1.7份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份												
1月13日星期二	蕎麥飯	韓式燒肉	白菜肉羹	鴨血豆腐煲	炒履歷菠菜	味噌豆腐湯								
		溫體肉片(井野)(臺灣)	11 公斤	大白菜(切實重)	8.5 公斤	鴨血	6 公斤	覆歷菠菜(切實重)	10 公斤	味噌(K)	1.5 公斤			
		洋蔥(去皮)	1.5 公斤	手工肉羹(台灣)	3 公斤	封口豆漿(約5Kg)非基因	2 盒	封口豆漿(1.2Kg)非基改黃豆	1 盒	封口豆漿(約4.5Kg)臺灣	1 盒			
		素泡菜(1000g/罐)	1 罐	木耳(切絲)	0.5 公斤	酸菜絲	1 公斤							
		蒜仁(0.3K/包)	1 包	紅蘿蔔(去皮)	0.5 公斤	蔥(0.5K/把)	0.5 把							
		韓式辣醬(170g)	1 盒			花椒粒(K)	0 公斤							
		蔥(0.5K/把)	0.5 把			陳豆瓣醬(小)(非基改600g)	0 罐							
		全穀雜糧類:5.1份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.9份												
1月14日星期三	白油麵(15K)(糙米先送1.5K)	紅燒豬肉麵	義式小雞腿	蕃茄炒蛋	炒履歷青江菜	芋泥包								
		溫體肉丁(井野)(臺灣)	9 公斤	翅小腿(QR)	145 支	蛋.	8.5 公斤	履歷青江菜(切實重)	10 公斤	芋泥包(大)	145 個	蘋果(145±5)(精進20元)		
		菜頭(去皮)	4 公斤	翅小腿(QR)備品	5 支	蕃茄(QR)	4 公斤			芋泥包(大)備品	5 個			
		糙米小磨坊(30gX小包)	2 包	義大利香料(10g)	2 瓶	蕃茄醬(700g)	1 罐							
		番茄(QR)	2 公斤	糙米(30gX小包)	1 包									
		白精靈菇(QR)	1.5 公斤											
		非基改豆瓣醬(小)(600g)	1 桶											
		蔥(0.5K/把)	0.5 把	薑母(0.2公斤)										
		全穀雜糧類:2.8份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.7份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.7份 油脂與堅果種子類:2.0份												
1月15日星期四	糙米飯	香酥旗魚排	貢丸肉燥	茄汁豆包	炒履歷油菜	十全排骨湯								
		旗魚排(QR)(安)	145 片	溫體旗魚(井野)(臺灣)	4 公斤	非基改豆包(美國)(QR)	145 片	履歷油菜(切實重)	10 公斤	高麗菜	3 公斤			
		旗魚排(QR)(安)備品	5 片	貢丸(小)(國產)	2.5 公斤	非基改豆包(美國)備品	5 片			小排骨(肉)(井野)	2 公斤			
				洋蔥(去皮)	1.5 公斤	彩色椒(QR)	1 公斤			藥膳包(十全)(小包60g)	2 包			
				紅蔥頭(碎)	0.1 公斤	洋蔥(去皮)	1 公斤			枸杞	0.1 公斤			
						蕃茄醬(700g)可果美	1 罐							
		全穀雜糧類:4.6份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.2份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.6份												
1月16日星期五	地瓜飯(蕃薯3K)	蒜泥白肉	田園咖哩	玉米蝦仁炒蛋	炒有機黑葉白菜	紫菜蛋花湯								
		蒜泥白肉片(井野)	13 公斤	洋芋(去皮)	7 公斤	蛋.	7.5 公斤	有機黑葉白菜(尚紅)(切)	10 公斤	蛋.	2 公斤	茂谷柑(146±5)(精進20元)		
		豆芽菜	4.5 公斤	咖哩塊佛(250g)	2 盒	玉米粒(QR-K)	3 公斤			薑絲(0.6K/包)	0.5 包			
		蒜泥(0.6K/包)	1 包	洋蔥(去皮)	1.5 公斤	毛豆仁(冷凍)	1 公斤			紫菜	0.2 公斤			
				溫體肉丁(井野)(臺灣)	1.5 公斤	蝦仁(QR)(包冰)	1 公斤							
				紅蘿蔔(去皮)	1.5 公斤									
		全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.3份 蔬菜類:1.2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

2026/1/8 10:02

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。