

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第2學期第26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
2月23日星期一	白米飯(紫米先送2K)	無骨香雞排 145片 5片 蒜仁(0.3K/包) 1包 蔥(0.5K/把) 0.5把	紅蘿蔔炒蛋 蛋. 8公斤 紅蘿蔔(去皮) 4.5公斤	奶香白菜 大白菜(切實重) 9公斤 奶油條安佳(100g) 1條 溫體肉絲(井野)(臺灣) 1公斤 福樂鮮奶(1.8L)(全脂) 1瓶 鴻喜菇(QR) 1公斤	炒履歷油菜 履歷油菜(切實重) 10公斤	肉骨茶湯 冬瓜(去皮籽) 5公斤 肉骨茶包 2包 溫體軟骨丁(井野) 1.5公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5包	光東保久乳(145+5)(精進20元)	熱量： 951大卡 醣類： 118.4 g 脂肪： 37.4 g 蛋白質： 35.2 g
餐數 145	全穀雜糧類:5.4份 乳品類:0.9份 豆魚蛋肉類:3.4份 蔬菜類:2.0份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份							
2月24日星期二	紫米飯	東坡扣肉 溫體肉丁(井野)(臺灣) 11公斤 筍干(切) 4公斤 蒜仁(0.3K/包) 1包 蔥(0.5K/把) 0.5把	炸醬炒五丁 小小豆干丁(榮洲) 5.5公斤 脆筍丁 2.5公斤 三色豆(CAS-1K/包) 2公斤 溫體絞肉(井野)(臺灣) 2公斤 維力炸醬(175g) 1罐	鮮蔬炒豆皮 高麗菜(切實重) 8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) 0.5公斤 蝦米 0.1公斤 香菇絲 0.1公斤	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 10公斤	蜂蜜檸檬愛玉 二砂台糖(1K/包) 2包 愛玉(5K/桶) 1桶 新鮮檸檬汁(0.8L) 1罐 蜂蜜(500g/罐) 1罐		熱量： 938大卡 醣類： 124.0 g 脂肪： 28.8 g 蛋白質： 47.3 g
餐數 145	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.8份 蔬菜類:1.9份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.0份							
2月25日星期三	白米飯(小米先送2K)	蝦仁肉絲蛋炒飯 溫體肉絲(井野)(臺灣) 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)(包冰) 1.5公斤 蒜仁(0.3K/包) 1包 蔥(0.5K/把) 0.5把	芋泥包 芋泥包(大) 145個 芋泥包(大)備品 5個	鮮肉河粉(※) 鮮肉河粉(條)(國產) 145條 鮮肉河粉(條)(國產) 5條	炒履歷菠菜 履歷菠菜(切實重) 10公斤	白菜豆腐湯 履歷小白菜(切實重) 3公斤 大骨(CAS) 1公斤 豆腐菜測的4.5K非基因 1板	水果(145+5)(精進20元)	熱量： 809大卡 醣類： 133.4 g 脂肪： 15.8 g 蛋白質： 33.4 g
餐數 145	全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.6份 蔬菜類:1.1份 水果類:1.0份 油脂與堅果種子類:0.8份							
2月26日星期四	小米飯	打拋魚柳 虱目魚柳(QR)(600G/包) 14包 溫體絞肉(井野)(臺灣) 3公斤 泰式魚露(750ml/罐) 1罐 蒜仁(0.3K/包) 1包 蔥(0.5K/把) 0.5把 不辣辣椒 0.1公斤 九層塔 0.1公斤	豆芽菜 芹菜(切段) 1公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.5公斤 韭菜(切段) 0.5公斤	蕃茄蛋豆腐 蕃茄 2公斤 蛋. 2公斤 豆腐菜測的4.5K非基因 2板 蕃茄醬(700g) 1罐	炒有機青菜 有機青菜(彰) 10公斤	榨菜肉絲湯 榨菜絲-不辣 2公斤 溫體肉絲(井野)(臺灣) 1公斤	水果(145+5)(精進20元)	熱量： 900大卡 醣類： 119.4 g 脂肪： 30.1 g 蛋白質： 34.5 g
餐數 145	全穀雜糧類:6.0份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.5份 蔬菜類:1.6份 水果類:1.0份 油脂與堅果種子類:2.1份							
2月27日星期五	和平紀念日放假							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

2026/1/22 11:45

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。