

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第2學期第12週午餐菜單

材料用量

9車

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
4月27日	白米飯 糙米先送(高鈣日)	椒鹽雞肉米血 清雞胸肉丁(CAS) 12公斤 米血切丁(CAS) 4公斤 蒜仁(0.3K/包) 1包 薑片(0.3K) 1包 蔥(0.5K/把) 0.5把 九層塔 0.1公斤	香菇蒸蛋 玻璃紙 10張 蛋. 9公斤 濕香菇(小朵)(OR) 1.5公斤	麻婆豆腐 封口豆腐(約4.5K)菜洲 2盒 溫體絞肉(非野)(臺灣) 1公斤 非基改豆瓣醬(小)600g 1桶	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 10公斤 紅蘿蔔(去皮) 1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(非野) 1.5公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5包	福樂保久乳(4H5)(精進20元)	熱量: 937大卡 醣類: 108.0g 脂肪: 33.0g 蛋白質: 49.1g 膳食纖維: 3.1g 鈉: 676.2mg 鈣: 333.2mg
餐數	147	全穀雜糧類:6.0份 乳品類:1.1份 豆魚蛋肉類:4.7份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
4月28日	糙米飯	佛蒙特咖哩豬 溫體肉丁(非野)(臺灣) 10公斤 咖哩塊(250g)蘇果口味 3盒 洋芋(去皮) 3公斤 冷凍綠花椰菜(CAS) 2公斤 洋蔥(去皮) 1.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 1.5公斤	台式蔥花蛋 蛋. 8.5公斤 蔥(0.5K/把) 1把	白菜肉羹 大白菜(切實重) 6公斤 手工肉羹(台灣) 2公斤 木耳(切絲) 0.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.5公斤	炒履歷蚵白菜 履歷蚵白菜(切實重) 10公斤	冬瓜珍珠山粉圓 冬瓜塊小(0.6K/塊) 5塊 大粉圓 2公斤 山粉圓 2公斤		熱量: 966大卡 醣類: 127.8g 脂肪: 33.2g 蛋白質: 38.2g 膳食纖維: 11.8g 鈉: 142.6mg 鈣: 291.8mg
餐數	147	全穀雜糧類:6.9份 乳品類:0.1份 豆魚蛋肉類:3.4份 蔬菜類:1.5份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
4月29日	白米飯 (蕎麥先送(高鈣日))	奶油蘑菇燉飯 溫體肉絲(非野)(臺灣) 5.5公斤 洋蔥(去皮) 3公斤 安徒無鹽奶油(100g) 2條 義大利香料(10g) 2瓶 洋菇罐(3K) 1罐 碎蒜(0.3K/包) 1包	卡滋香酥魚條(*1) 裹粉魚條(30G)QR 147條 裹粉魚條(30G)禮品(QR) 5條	芝麻包 芝麻包(大) 147個 芝麻包(大)(備品) 5個	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 10公斤	香菇雞湯 菜頭(去皮) 3.5公斤 骨腿丁(CAS) 3.5公斤 濕香菇(QR) 0.5公斤 薑母 0.2公斤	水果精進20元(146+5)	熱量: 762大卡 醣類: 107.4g 脂肪: 23.0g 蛋白質: 31.0g 膳食纖維: 3.5g 鈉: 115.0mg 鈣: 122.1mg
餐數	147	全穀雜糧類:6.8份 乳品類:0.1份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:1.4份 水果類:1.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
4月30日	蕎麥飯 (高鈣日)	樹子蒸魚 水產魚片(7-8)QR(pcs) 148片 水產魚片(7-8)禮品QR(pcs) 5片 破布子(380g) 2罐 蔥(0.5K/把) 0.5把 薑絲(0.6K/包) 0.5包	貢丸肉燥 溫體絞肉(非野)(臺灣) 4公斤 貢丸(小)(國產) 2.5公斤 洋蔥(去皮) 1.5公斤 紅蔥頭(碎) 0.1公斤	小瓜炒干片 豆干片(蔡洲) 6公斤 小黃瓜 4公斤 紅蘿蔔(去皮) 1公斤	炒有機油江菜 有機油江菜(南此切實重) 10公斤	酸辣湯 封口豆腐(1.2K)非基改菜洲 3盒 溫體肉絲(非野)(臺灣) 1公斤 脆筍絲 1公斤 蛋. 1公斤 豬血 1公斤 木耳(切絲) 0.5公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.5公斤, 香菜(150g/把) 0.5把		熱量: 762大卡 醣類: 88.6g 脂肪: 26.0g 蛋白質: 41.3g 膳食纖維: 5.5g 鈉: 434.5mg 鈣: 413.2mg
餐數	147	全穀雜糧類:5.4份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:4.1份 蔬菜類:1.3份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:2.0份						
5月1日	勞動節放假							熱量: 0大卡 醣類: 0.0g 脂肪: 0.0g 蛋白質: 0.0g 膳食纖維: 0.0g 鈉: 0.0mg 鈣: 0.0mg
餐數	148	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

2026/4/17 11:29

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。