

0059 彰化縣芬園鄉文德國小 114學年度第2學期第18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
6月8日 星期一	白米飯 紫米先送(1.5K)(高鈣日)	鹹酥雞	白菜肉羹	鴨血豆腐煲	炒高麗菜	菜頭貢丸湯	光泉保久乳(475)(精進20元)	熱量： 887大卡 醣類： 104.1 g 脂肪： 33.1 g 蛋白質： 44.0 g 膳食纖維： 5.0 g 鈉： 811.3mg 鈣： 430.5mg
		清雞肉丁(CAS) 10 公斤 米血切丁(CAS) 6 公斤 碎蒜(0.3K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 0.5 把	大白菜(切實重) 8.5 公斤 手工肉羹(台灣) 3 公斤 木耳(切絲) 0.5 公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.5 公斤	鴨血 6 公斤 鮮口嫩豆腐(5K)非基因 2 盒 酸菜絲 1 公斤 非基改豆腐(小)600g 1 桶 蔥(0.5K/把) 0.5 把 花椒粒(K) 0 公斤	高麗菜(切實重) 10 公斤 紅蘿蔔(去皮) 1 公斤	菜頭(去皮) 5 公斤 貢丸(小)(國產) 1.5 公斤 香菜(150g/把) 0.5 把		
餐數	147	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.9份 豆魚蛋肉類:3.9份 蔬菜類:1.8份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.7份						
6月9日 星期二	紫米飯(1起扣22人)	蒜泥白肉	蕃茄炒蛋	鮮蝦河粉	炒履歷空心菜	綠豆QQ湯		熱量： 764大卡 醣類： 119.3 g 脂肪： 12.6 g 蛋白質： 44.2 g 膳食纖維： 5.4 g 鈉： 501.2mg 鈣： 197.2mg
		蒜泥白肉片(井野) 11 公斤 豆芽菜 4 公斤 蒜泥(0.6K/包) 1 包	蛋 7 公斤 蕃茄(QR) 3 公斤 蕃茄醬(700g) 1 罐	鮮蝦河粉(60g)條 125 條 鮮蝦河粉(60g)條(備) 5 條	履歷空心菜(切實重) 8 公斤	(QQ)圓 4 公斤 二砂台糖(1K/包) 3 包 綠豆 2.5 公斤		
餐數	125	全穀雜糧類:6.7份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:8.3份 蔬菜類:1.1份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:0.9份						
6月10日 星期三	白米飯(小米先送(2起扣22人)高鈣日)	港式煲仔飯	培根干片	蒸蛋	炒履歷蚵白菜	什錦三絲湯	水果(精進20元)(12.5+5)	熱量： 848大卡 醣類： 93.1 g 脂肪： 35.2 g 蛋白質： 38.1 g 膳食纖維： 3.8 g 鈉： 969.5mg 鈣： 373.5mg
		滷鴨肉片(井野)(整塊) 6 公斤 香腸(CAS)(K) 4 公斤 味醂(500g) 1 罐 油蔥酥(小-300g) 1 包 碎蒜(0.3K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 1 把 乾香菇 0.1 公斤	豆干片(榮洲) 5 公斤 洋蔥(去皮) 2 公斤 碎培根(津谷)CAS 2 公斤	玻璃紙 8 張 蛋 6.5 公斤	履歷蚵白菜(切實重) 8 公斤	新鮮竹筍絲 2.5 公斤 滷鴨肉絲(井野)(整塊) 1 公斤 木耳(切絲) 0.5 公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.5 公斤		
餐數	125	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:1.0份 水果類:0.8份 油脂與堅果種子類:2.6份						
6月11日 星期四	小米飯(1起扣22人)	樹子蒸魚	夜市鹹水雞	絲瓜麵線	炒履歷青江菜	酸辣湯		熱量： 628大卡 醣類： 89.1 g 脂肪： 16.8 g 蛋白質： 29.7 g 膳食纖維： 4.4 g 鈉： 540.6mg 鈣： 125.7mg
		水產魚片(7-8)(QR)(pc) 125 片 水產魚片(7-8)(備品)(QR)(pc) 5 片 破布子(380g) 2 罐 蔥(0.5K/把) 0.5 把 薑絲(0.6K/包) 0.5 包	清雞肉丁(CAS) 3 公斤 冷凍蹄花腳菜(CAS) 1.5 公斤 脆筍片 1.5 公斤 杏鮑菇(頭)(QR) 1 公斤 百頁丁(中丁)榮洲 1 公斤 蔥(0.5K/把) 0.5 把	絲瓜(去皮) 10 公斤 白麵線 1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包 枸杞 0.1 公斤 蝦米 0.1 公斤	履歷青江菜(切實重) 8 公斤	鮮口豆腐(1.2K)非基改保潔 2 盒 滷鴨肉絲(井野)(整塊) 1 公斤 脆筍絲 1 公斤 蛋 1 公斤 豬血 1 公斤 香菜(150g/把) 0.5 把 木耳(切絲) 0.3公斤 紅蘿蔔(去皮) 0.3公斤		
餐數	125	全穀雜糧類:5.3份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:2.5份 蔬菜類:1.6份 水果類:0.0份 油脂與堅果種子類:1.8份						
6月12日 星期五	地瓜飯(蕃薯2.5K)(1起扣22人)	奶香蘑菇豬柳	川味凍豆腐	玉米炒蛋	炒有機小松菜	玉米排骨湯	水果(精進20元)(12.6+5)	熱量： 704大卡 醣類： 92.6 g 脂肪： 21.4 g 蛋白質： 34.8 g 膳食纖維： 4.9 g 鈉： 417.4mg 鈣： 197.2mg
		滷鴨柳(井野)(整塊) 8 公斤 洋蔥(去皮) 2.5 公斤 奶油條安佳(100g) 2 條 蘑菇醬(中-850g) 2 罐 碎蒜(0.3K/包) 1 包 紅蘿蔔(去皮) 0.5 公斤 蔥(0.5K/把) 0.5 把	凍豆腐大丁 6 公斤 滷鴨柳(井野)(整塊) 1.5 公斤 非基改豆腐(小)600g 1 桶 彩色椒(QR) 0.6 公斤	蛋 7 公斤 玉米粒(QR-K) 3 公斤 紅蘿蔔(去皮) 1 公斤	有機小松菜(尚結)(切) 8 公斤	冷凍玉米塊(CAS) 4 公斤 小排骨(肉)井野 1 公斤 紅蘿蔔(去皮) 1 公斤		
餐數	126	全穀雜糧類:5.2份 乳品類:0.0份 豆魚蛋肉類:3.3份 蔬菜類:0.9份 水果類:0.8份 油脂與堅果種子類:1.7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

2026/6/11 14:43

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。