A13 彰化縣大城鄉大城國中 110學年度第二學期第9週食譜設計

材料用量　　C

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
月 日							
月 日							
4 月 6 日 星 期 三	白米飯	筍乾豬腳	塔香鮑菇豆腐	炒油菜	蘿蔔排骨湯		醣類： 93.7 g 脂肪： 19.2 g 蛋白質： 49.8 g 熱量： 713大卡
		豬前腿肉(肉丁) 15Kg	傳統豆腐(尺四)-盤 4盤	油菜切段 22Kg	白蘿蔔中丁 12Kg		
		乾筍干 10Kg	生辣椒-兩 3兩	大蒜(蒜末) 0.3Kg	豬上肩肉(排骨丁肉多) 2Kg		
		豬腳丁-不要蹄 10Kg	杏鮑菇切片 3Kg		芹菜珠 0.3Kg		
		小小豆輪 3Kg	洋蔥中丁 3Kg				
		冰糖 1Kg	豬絞肉(絞肉) 3Kg				
		青蔥段 0.2Kg	胡蘿蔔片 2Kg				
餐數 280			九層塔 0.3Kg				
4 月 7 日 星 期 四	五穀飯	紅燒魚丁	刺瓜鮮燴	炒高麗菜	酸辣湯		醣類： 101.0 g 脂肪： 5.8 g 蛋白質： 23.5 g 熱量： 553大卡
		鯊魚(切丁Q) 30Kg	胡瓜片 12Kg	甘藍(切片) 22Kg	豬血 5Kg		
		洋蔥中丁 3Kg	天婦羅(小魚輪) 6Kg	木耳絲 1Kg	雞蛋 2.5Kg		
		乾辣椒片-兩 2兩	金針菇 2Kg	胡蘿蔔絲 1Kg	脆筍絲(kg) 2Kg		
		豆腐乳-850g/罐 1罐	胡蘿蔔片 2Kg	大蒜(蒜末) 0.3Kg	傳統豆腐(尺四)切絲 2盤		
		青蔥段 0.3Kg	新鮮玉米筍片 1.5Kg		豬後腿肉(肉絲) 2Kg		
		薑絲 0.3Kg	大蒜(蒜末) 0.2Kg		木耳絲 1Kg		
餐數 280					胡蘿蔔絲 1Kg		
					青蔥珠 0.3Kg		
4 月 8 日 星 期 五	白米飯	番茄燒雞丁	玉米炒蛋	炒青江菜	冬菜鴨湯		醣類： 99.5 g 脂肪： 14.0 g 蛋白質： 37.6 g 熱量： 665大卡
		骨腿(骨腿丁CAS) 27Kg	雞蛋 12Kg	青江菜切段 22Kg	全鴨(鴨丁Q) 6Kg		
		蕃茄大丁 10Kg	玉米粒(Q) 5Kg	大蒜(蒜末) 0.3Kg	冬粉-小捆 3Kg		
		洋蔥中丁 2.5Kg	三色豆(CAS) 3Kg		冬菜-公斤 0.3Kg		
		歐美特蕃茄醬(3L-6桶/箱) 1罐	洋蔥去皮 3Kg		薑絲 0.3Kg		
		青蔥段 0.3Kg					
餐數 280							

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

※本菜單豬肉採用國產生鮮豬肉

設計　　午餐秘書：　　校長：