彰化縣大城國中 113學年度第一學期 第1週午餐食譜設計

菜單組成 材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析		
8月26日星期一 餐數								醣類：0 g 脂肪：0 g 蛋白質：0 g 熱量：0大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	
8月27日星期二 餐數								醣類：0 g 脂肪：0 g 蛋白質：0 g 熱量：0大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	
8月28日星期三 餐數								醣類：0 g 脂肪：0 g 蛋白質：0 g 熱量：0大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	
8月29日星期四 餐數								醣類：0 g 脂肪：0 g 蛋白質：0 g 熱量：0大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	
8月30日星期五 餐數 181	白米飯	三杯雞丁 骨腿(骨腿丁CAS) 16 Kg 米血切丁(CAS) 4 Kg 九層塔 0.2 Kg 蒜仁 0.2 Kg 薑片 0.2 Kg	翡翠魷魚 小黃瓜(切片) 8 Kg 魷魚圈(KG)Q 4 Kg 蒜末 1 Kg 木耳絲 0.5 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.5 Kg	蒸鍋貼 煎熟鍋貼(28g*粒) 380 粒 蒜泥 0.1 Kg	炒有機高麗菜 有機高麗菜(片)*桃園 12 Kg 胡蘿蔔 2 Kg 蒜末 0.2 Kg 蝦米(冬蝦) 0.1 Kg	玉米蛋花湯 玉米粒(Q) 4 Kg 洗選蛋G 3 Kg 中骨*陞煇 2 Kg 金針菇 2 Kg 青蔥 0.1 Kg	旺仔小饅頭	醣類：140.5 g 脂肪：25.5 g 蛋白質：37.4 g 熱量：941.1大卡	全穀雜糧類 8.9 豆魚蛋肉類 2.6 蔬菜類 1.4 油脂類 2.5 水果類 0.0 乳品類 0.0	

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2024/8/30

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

營養師：約用營養師李美瑤　午餐執秘：教師兼午餐秘書黃月靜　校長：大城國中校長趙士瑩