

彰化縣大城鄉大城國中 114學年度第二學期第15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		
5月18日 星期一	白米飯	韓式春川雞	玉米蒸蛋	腰果花椰菜	有機小松菜	黃瓜魚丸湯	履歷豆奶(中央)	醣類:	全穀雜糧類	6.0
		骨腿(骨腿丁CAS) 18 Kg	洗選蛋G 10 Kg	冷凍青花菜(CAS) 12 Kg	有機小松菜(切段)歐哥 8 Kg	小虱目魚丸(Q) 3 Kg		96	豆魚蛋肉類	4.2
餐數 179		韓式泡菜	蒸蛋紙(張)	火鍋肉片*米迪M	蒜仁	胡瓜(中丁)	生鮮乳	脂肪:	蔬菜類	1.2
		韓式辣椒醬(500g*盒)	玉米粒(Q)	胡麻醬(1K*罐)	蒜末	大骨*米迪M		33.5	油脂類	2.5
		青蔥(切段)	味島香鬆(KG)分裝	生腰果N				42.6	水果類	0.0
		蒜末		胡蘿蔔(切片)				855.9	乳品類	0.0
5月19日 星期二	白米飯	無錫排骨	花生銀魚干片	絲瓜鮮繪	有機莧菜	竹筍排骨湯	生鮮乳	醣類:	全穀雜糧類	5.8
		軟骨丁*陸輝 9 Kg	豆干片*榮洲L 10 Kg	絲瓜(切片) 12 Kg	有機莧菜(切段)*歐哥彰化 8 Kg	鮮筍(切片) 6 Kg		104.1	豆魚蛋肉類	3.7
餐數 180		前腿肉丁*米迪M	紅辣椒(條)	前腿肉絲*米迪M	蒜末	中骨*陸輝	生鮮乳	脂肪:	蔬菜類	1.5
		紅麴醬(200g)	花生	木耳絲		薑片		37.4	油脂類	2.5
		馬鈴薯(大丁)	熟吻仔魚(KG)Q	金針菇				45.4	水果類	0.0
		滷包	青蔥	胡蘿蔔(切絲)				934.6	乳品類	0.8
5月20日 星期三	白油麵(24K)	台式炒麵	香酥雞排	蒸水餃(*3)	鐵板有機銀芽	青花蛋花湯	桃子(\$15)	醣類:	全穀雜糧類	4.8
		高麗菜(切片) 3.5 Kg	雞排(TS5*Q) 170 片	熟水餃(個*奇美味你好) 510 個	有機豆芽菜*淨芽 7 Kg	洗選蛋G 2.5 Kg		84	豆魚蛋肉類	2.9
餐數 160		前腿肉絲*米迪M	蒜末	蒜泥	胡蘿蔔(切絲)	履歷小白菜(切段)	生鮮乳	脂肪:	蔬菜類	0.9
		油蔥酥(120g)	地瓜粉(KG)		木耳絲	中骨*陸輝		27	油脂類	2.5
		木耳絲			韭菜(切段)	柴魚片(110g/包)		30.8	水果類	0.5
		胡蘿蔔(切絲)			蒜末			702.2	乳品類	0.0
5月21日 星期四	芝麻飯(黑芝麻0.2K)	咖哩肉片	滷四角油豆腐	巧克力銀絲卷	有機空心菜	酸菜鴨肉湯	生鮮乳	醣類:	全穀雜糧類	6.6
		前腿肉片*米迪M 15 Kg	大肉油豆腐(55g*個)20L 193 個	巧克力銀絲卷(25g*大家) 193 個	有機空心菜(切段)歐哥 8 Kg	鴨丁(Q) 4 Kg		112.1	豆魚蛋肉類	3.7
餐數 179		馬鈴薯(大丁)	紅辣椒(條)		蒜末	酸菜仁	生鮮乳	脂肪:	蔬菜類	0.7
		咖哩粉(600g*小磨坊)	滷包			冬粉(Kg*小捆)		37.4	油脂類	2.5
		奶粉	青蔥(珠)			薑絲		46.2	水果類	0.0
		洋蔥(大丁)	薑母					969.8	乳品類	0.8
5月22日 星期五	玉米飯(玉米粒2K)	蒲燒魚片	南瓜蝦仁炒蛋	蔥爆魷魚翅	蒜香有機高麗菜	冬瓜仙草蜜	光泉優酪乳	醣類:	全穀雜糧類	5.5
		蒲燒鰻魚(110片*Q)234g 193 片	洗選蛋G 9.5 Kg	小黃瓜(切片) 7 Kg	有機高麗菜(片)*桃園 8 Kg	冬瓜糖塊 4 個		97.1	豆魚蛋肉類	3.2
餐數 181		豆芽菜	南瓜(小丁)	水發魷魚	胡蘿蔔(切絲)	仙草凍(5k*包)榮L 4 包	光泉優酪乳	脂肪:	蔬菜類	1.0
		熟白芝麻(50g分裝)	蝦仁(Q)	前腿肉片*米迪M	蒜末	二砂糖(1Kg*包)		34.9	油脂類	2.5
			青蔥(珠)	洋蔥(大丁)				40.8	水果類	0.0
				胡蘿蔔(切片)				865.7	乳品類	0.8

豐成食品工廠 電話: 04-8613339 傳真: 04-8613336

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

本產品含有 蛋類、魚類、牛乳、芝麻、甲殼類，不適合對其過敏體質者食用

營養師:

約用李美瑤
營養師

午餐執秘:

教師兼黃月靜
午餐執秘

校長:

大城國中趙小瑩
校長