

彰化縣二林. 新生. 萬合. 中興. 萬興國中. 萬興國小112學年度第二學期第1週午餐食譜設計(葷
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		
月 日 星期 一	餐數							醣類： #VALUE! 脂肪： 0 g 蛋白質： #VALUE! 熱量： #VALUE!	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	
月 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	
月 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	
月 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	
2月16日 星期五	餐數 1512	白米飯(蒸) 排骨*米迪M 65 Kg 軟骨丁*陸輝 50 Kg 白蘿蔔(中丁)手切 38 Kg 肉骨茶包 15.02 包 蒜仁(0.6K*包) 3 包 青蔥(珠) 1 Kg	宮保雞丁(炒) 小黃瓜(中丁) 52 Kg 雞腿雞胸丁(2*1條) 42 Kg 油花生 6 Kg 胡蘿蔔(中丁) 6 Kg 蒜末(0.6K*包) 1 包 辣豆瓣醬(3K*十全) 1 桶	凉拌海帶根(煮) 海帶根 80 Kg 薑絲(0.6K*包) 1 包 熟白芝麻 0.6 Kg	縣產有機菠菜(燙) 有機菠菜(*切段)款 110 Kg	火鍋湯(煮) 高麗菜(切片) 27 Kg 凍豆腐(大丁*榮)L 20 Kg 前腿肉片*米迪M 6 Kg 金針菇 5 Kg 秀珍菇 3 Kg	保久乳	醣類： 103.8 g 脂肪： 28.1 g 蛋白質： 37.1 g 熱量： 816.5大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.5 2.4 2.1 2.5 0.0 0.9
2月17日 星期六	餐數 1512	白米飯(蒸) 骨髓(骨髓丁CAS) 108 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 18 Kg 米血切丁(CAS) 15 Kg 老薑片(0.6K*包) 1 包 蒜仁(0.6K*包) 1 包 九層塔 1 Kg 青蔥 0.6 Kg 紅辣椒 0.3 Kg	焗烤馬鈴薯(烤) 馬鈴薯(大丁) 120 Kg 棕色乳酪絲(1K*華冠S代) 8 包 橄欖油(1L*奧利塔) 2 罐 蝦米高麗菜(900g*小標功) 1 包 無鹽奶油(大)454g 1 條	紅蘿蔔炒蛋(炒) 洗選蛋G 65 Kg 胡蘿蔔(切絲) 50 Kg	有機高麗菜(燙) 有機高麗菜(片)*桃園 101 Kg 木耳絲 3 Kg 胡蘿蔔(切絲) 3 Kg	結頭菜排骨湯(煮) 結頭菜(中丁) 35 Kg 中骨*陸輝 18 Kg 老薑片(0.6K*包) 1 包	紫色蔬果汁	醣類： 108.5 g 脂肪： 24.5 g 蛋白質： 31.7 g 熱量： 781.3大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	3.8 2.4 1.3 2.5 0.0 0.0

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2024/2/15

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

廠商營養師：**營養師呂世樹**

營養師：**營養師洪曉文**

午餐秘書：**午餐秘書黃建中**

校長：**二林國小校長陳福順(乙)**

彰化縣二林.新生.萬合.中興.萬興國中.萬興國小 112學年度第二學期第1週素食食譜設計(素

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		
月								醣類：	全穀雜糧類	
日								g	豆魚蛋肉類	
星期								脂肪：	蔬菜類	
一								g	油脂類	
餐數								蛋白質：	水果類	
								g	乳品類	
								熱量：		
								大卡		
月								醣類：	全穀雜糧類	
日								g	豆魚蛋肉類	
星期二								脂肪：	蔬菜類	
								g	油脂類	
餐數								蛋白質：	水果類	
								g	乳品類	
								熱量：		
								大卡		
月								醣類：	全穀雜糧類	
日								g	豆魚蛋肉類	
星期三								脂肪：	蔬菜類	
								g	油脂類	
餐數								蛋白質：	水果類	
								g	乳品類	
								熱量：		
								大卡		
月								醣類：	全穀雜糧類	
日								0 g	豆魚蛋肉類	
星期四								脂肪：	蔬菜類	
								0 g	油脂類	
餐數								蛋白質：	水果類	
								0 g	乳品類	
								熱量：		
								0大卡		
2月16日	呷米(熟)	肉骨茶羊肉(煮)	回鍋肉片(炒)	凉拌海帶根(煮)	縣產有機菠菜(燙)	火鍋湯(煮)	呷乳	醣類：	全穀雜糧類	5.5
日		素羊肉(大塊300g*2包)N 2包	豆干片*紫菜L 2 Kg	薑絲(0.6K*包) 包	有機菠菜(*切段) 包 Kg	秀珍菇 Kg		103.8 g	豆魚蛋肉類	2.4
星期		冷凍玉米塊(Q) 1 Kg	鮮魷(十全*非島)150g 1包	海帶根 Kg		金針菇 Kg		脂肪：	蔬菜類	2.1
五		肉骨茶包 包	彩椒(切片) 1 Kg	熟白芝麻 Kg		凍豆腐(大丁*紫) Kg		28.1 g	油脂類	2.5
餐數		白蘿蔔(中丁)手切 Kg				高麗菜(切片) Kg		蛋白質：	水果類	0.0
27								37.1 g	乳品類	0.9
								熱量：		
								816.5大卡		
2月17日	呷米(熟)	三杯豆包(煮)	焗烤馬鈴薯(烤)	塔香茄子(炒)	有機高麗菜(燙)	結頭菜排骨湯(煮)	呷乳	醣類：	全穀雜糧類	6.8
日		炸豆包(個*彰南)N 50 個	無鹽奶油(大)454g 條	茄子(切段) 4 Kg	木耳絲 Kg	素排骨(溼)N 0.5 Kg		108.5 g	豆魚蛋肉類	2.4
星期		老薑片(0.6K*包) 包	鮮魷(十全*非島)150g 1包	九層塔(兩) 1 兩	有機高麗菜(片)*機關 Kg	老薑片(0.6K*包) 包		脂肪：	蔬菜類	1.3
六		九層塔 Kg	馬鈴薯(大丁) Kg		胡蘿蔔(切絲) Kg	結頭菜(中丁) Kg		24.5 g	油脂類	2.5
餐數		杏鮑菇(頭切塊) Kg	單色乳酪塊(1K*單連)塊 包					蛋白質：	水果類	0.0
27			橄欖油(1L*奧利塔) 罐					31.7 g	乳品類	0.0
								熱量：		
								781.3大卡		

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2024/2/15

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

廠商營養師：營養師呂世樹

營養師：營養師洪曉文

午餐秘書：午餐黃建中

校長：二林國小陳福順(乙)