

1001 南投縣南投市漳興國小 114學年度第1學期第17週午餐菜單

菜單組成(單位:g)及材料用量

6車

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	營養分析
12月22日 星期一	白米飯(先送)	香蔥油雞丁 骨腿丁(CAS) 33 公斤 脆筍片-(實重) 8 公斤 素龍鳳腿 5 支 油蔥酥(大-600g) 1 包 薑片(0.3K) 1 包	玉米四寶 玉米粒(QR-K) 16 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 4 公斤 溫體絞肉(忠華) 4 公斤 白精靈菇(QR) 0.1 公斤	炒履歷青江菜 履歷青江菜(切實重) 30 公斤 薑絲(一週用量)(0.6K/包) 1 包 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤 薑絲(0.6K/包) 0.5 包	紫菜魚丸湯 虱目魚丸(CAS) 6 公斤 中華非蒸改家常豆腐(300g) 1 盒 紫菜 0.3 公斤		全穀雜糧類 5.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.5份 蔬菜類 1.1份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 3.1份 熱量： 719大卡
12月23日 星期二	五穀米飯	三杯魚丁 水鯊魚丁(QR) 36 公斤 米血切丁(CAS) 8 公斤 蒜仁(0.3K/包) 1 包 薑片(0.3K) 1 包 蔥(0.5K/把) 0.5 把 九層塔 0.3 公斤 濕香菇(QR) 0.1 公斤 麵腸(切片) 0.1 公斤	奶香白菜 大白菜(切實重) 24 公斤 溫體肉片(小)忠華 6 公斤 金針菇(QR) 5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 3 公斤 奶粉(K)(標示日期) 2 公斤 碎蒜(0.3K/包) 1 包	炒履歷萵苣 履歷大萵苣(葉莖切實重) 30 公斤 薑絲(0.6K/包) 1 包 白精靈菇(QR) 1 公斤	翡翠羹湯 翡翠羹(0.3K) 8 盒 蛋 6 公斤 三色豆(CAS-1k/包) 2 公斤	水果	全穀雜糧類 5.5份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 2.2份 蔬菜類 1.7份 水果類 1.0份 油脂與堅果種子類 1.8份 熱量： 734大卡
12月24日 星期三	紅麵線(130)	麵線糊 手工肉羹(台灣) 9 公斤 脆筍絲 8 公斤 木耳(切絲) 1.5 公斤 紅蘿蔔(切絲) 1.5 公斤 蒜泥(0.6K/包) 1 包 香菜(150g/把) 1 把 蝦米 0.2 公斤 金針菇(QR)(0.51)0.2公斤,非蒸改素肉羹(K)(0.51)0.2公斤,香菇絲(0.51)0.2公斤	茶香滷豆干 非蒸改素豆干大丁(燕洲)(K) 25 公斤 紅茶包小 4 包 滷包小(30g)(小包) 2.01 包	炒有機荷葉白菜 有機荷葉白菜(尚結、切實重) 30 公斤	鮮肉包 鮮肉包大奇美(CAS60g) 399 個 鮮肉包大奇美(CAS60g)備品 15 個 素菜包(65GCAS奇美) 5 個		全穀雜糧類 3.0份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.1份 蔬菜類 1.0份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 6.1份 熱量： 742大卡
行憲紀念日							全穀雜糧類 乳品類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 水果類 油脂與堅果種子類 熱量： #VALUE!
12月26日 星期五	黑芝麻飯	炙燒豬柳 溫體豬柳(忠華) 25 公斤 洋蔥(切絲) 12 公斤 素菜捲(40g) 5 條 紅蘿蔔(切絲) 2 公斤 蒜仁(0.3K/包) 1 包 蔥(0.5K/把) 0.5 把 白芝麻(熟) 0.2 公斤	麻婆豆腐 豆腐(約4.5K)非蒸改 6 板 溫體絞肉(忠華) 4 公斤 秀珍菇(QR) 0.1 公斤 豆瓣醬大(3K) 0 桶	炒高麗菜 高麗菜(切實重) 31 公斤 碎蒜(0.3K/包) 1 包 紅蘿蔔(切絲) 1 公斤 木耳(切絲) 0.5 公斤 蝦米 0.3 公斤	冬瓜粉圓 大粉圓 9 公斤 二砂(1斤/包) 8 包 冬瓜塊小(0.6K/塊) 6 塊		全穀雜糧類 5.1份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉類 3.0份 蔬菜類 1.2份 水果類 0.0份 油脂與堅果種子類 2.2份 熱量： 711大卡

承富實業股份有限公司 電話：04-8831965 傳真：04-8832612

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

營養師：營養師張瀚文 午餐秘書：午餐陳智培 總務主任：代理教務長張皓翔 校長：陳良輔

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，對菜單上這些食材過敏者請注意。

承富實業股份有限公司 電話：04-8831965 傳真：04-8832612

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣