

彰化縣二林.新生.萬合.中興.萬興國中.萬興國小 114學年度第二學期第13週食譜設計-葷

菜單組成 材料用量

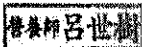
日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析		
5月4日 星期一	芝麻飯(黑芝麻)(蒸)	咖哩豬(煮) 豬頸肉(大丁)*米迪M 90 Kg 馬鈴薯(大丁) 33 Kg 洋蔥(大丁) 15 Kg 胡蘿蔔(大丁) 9 Kg 麻薯粉(600g*小麻坊) 3 盒 無鹽奶油(大)454g 2 條	玉米四寶(煮) 玉米粒(Q) 45 Kg 小黃瓜(小丁) 24 Kg 豬皮(雞皮)*米迪M 18 Kg 胡蘿蔔(小丁) 7 Kg 毛豆仁 2 Kg	腰果花椰菜(炒) 冷凍青花菜(CAS) 110 Kg 玉米粒(Q) 15 Kg 玉腰果N 5 Kg 胡蘿蔔(切片) 3 Kg	蒜香油菜(燙) 腰歷油菜(切段) 90 Kg	羅宋湯(煮) 馬鈴薯(中丁) 26 Kg 洋蔥(中丁) 15 Kg 大骨*米迪M 12 Kg 牛蕃茄 10 Kg	保久乳	醣類: 111.3 g 脂肪: 27.6 g 蛋白質: 37.4 g 熱量: 843.2大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	6 2.3 2.1 2.5 0.0 0.9
5月5日 星期二	白米飯(蒸)	古早味肉排(滷) 苦蕒大(厚片)*永新75g 1554 片	魚香豆腐(煮) 豬皮肉(粗切肉)*米迪M 21 Kg 粗豆腐(大丁)4.3K*玉興) 21 盤	馬鈴薯起司蒸蛋(蒸) 洗選蛋G 66 Kg 馬鈴薯(切絲) 25 Kg 單色乳酪絲(1K*瑞冠) 6 包 鮮奶(家庭號*光泉) 5 瓶 蒸蛋紙(50張*包) 2.04 包	炒蚵白菜(燙) 腰歷蚵白菜(切段) 90 Kg	紅豆烤奶(煮) 紅豆(腰歷)O 24 Kg 麥香紅茶(60g*包) 18.01 包 奶粉 9 Kg 二砂糖(25K*台糖) 1 袋 (紅豆提前)	鹽烤綜合堅果(鮮奶(自備))	醣類: 95.1 g 脂肪: 30.7 g 蛋白質: 39 g 熱量: 812.7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 3 0.6 2.5 0.0 0.8
5月6日 星期三	螺旋麵(煮)	白醬螺旋麵(煮) 螺旋麵(500g*包) 106 包 洋蔥(切絲) 40 Kg 豬皮肉(粗切肉)*米迪M 21 Kg 玉米粒(Q) 15 Kg 杏鮑菇(頭小丁) 15 Kg 玉米濃湯粉(1K) 6 包 無鹽奶油(大)454g 4 條	無骨香雞排(炸) 無骨香雞排(厚片)*永新75g 1554 片	茶香滷蛋(滷) 滷蛋(粒) 1554.01 個 麥香紅茶(60g*包) 15 包	有機空心菜(燙) 有機空心菜(切段) 90 Kg	冬菜筍片湯(煮) 鮮筍(切片) 42 Kg 大骨*米迪M 15 Kg 冬菜(3K*桶) 1 桶 鮮筍片提前		醣類: 88.5 g 脂肪: 25.5 g 蛋白質: 30.4 g 熱量: 705.1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 2.6 1.2 2.5 0.0 0.0
5月7日 星期四	五穀飯(五穀米)(蒸)	香檸翅小腿(*2)(烤) 翅小腿(支*Q)醃 3108 支 烘培紙(20張/條) 2 條 現榨檸檬汁(950ml)先生 2 瓶	五更腸旺(煮) 鴨血(鴨血) 52 Kg 前腿肉片*米迪M 12 Kg 粗豆腐(大丁)4.3K*玉興) 3 盤 熟大腸(切*陸) 8 Kg 豆瓣醬(3K*十全) 2 桶 薑絲(0.6K*包) 1 包 酸菜(切粗絲*12K) 1 箱 紅油(410g*40包)3108Kg	髮菜羹(煮) 大白菜(切片) 71 Kg 前腿肉絲*米迪M 18 Kg 金針菇 12 Kg 木耳絲 6 Kg 胡蘿蔔(切絲) 6 Kg 生香菇(切) 3 Kg 髮菜N 0.6 Kg	蒜香青江菜(燙) 腰歷青江菜(切段) 90 Kg	菜吻仔魚蛋花湯(煮) 洗選蛋G 18 Kg 韓國紫菜(600g)北斗 2 包 熟吻仔魚(3K*箱)Q 1 箱	保久乳	醣類: 104.3 g 脂肪: 31.1 g 蛋白質: 41.1 g 熱量: 861.5大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.8 3 1.3 2.5 0.0 0.9
5月8日 星期五	小米飯(小米)(蒸)	香酥魚柳條(*3)(炸) 調味魚塊(條*海寶)Q 4662 條	秘製滷豆干(滷) 豆干(四分干*榮)L 60 Kg 海帶結 20 Kg 滷包 9.98 個 老薑片(0.6K*包) 1 包 蒜仁(0.6K*包) 1 包 青蔥 0.6 Kg	椒鹽烤杏鮑菇(烤) 杏鮑菇(頭切塊) 108 Kg 粗豆腐(大丁)4.3K*玉興) 1 包 橄欖油(1L*奧利塔) 1 罐 七味粉(300g*小麻坊) 1 包	縣產有機莧菜(炒) 有機莧菜(切段) 90 Kg	玉米濃湯(煮) 馬鈴薯(小丁) 20 Kg 玉米粒(Q) 15 Kg 玉米濃湯粉(1K) 6 包 洋蔥(小丁) 6 Kg 洗選蛋G 6 Kg 三色豆(CAS) 2 Kg		醣類: 90 g 脂肪: 27.5 g 蛋白質: 33.5 g 熱量: 741.5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 3 1.5 2.5 0.0 0.0

豐成食品工廠 電話: 04-8613339 傳真: 04-8613336

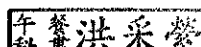
2026/4/30


*本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

*本產品含有易引起過敏之食物, 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, 不適合對其果敏體質者食用。

廠商營養師: 

營養師: 

午餐秘書: 

校長: 

彰化縣二林. 新生. 萬合. 中興. 萬興國中. 萬興國小 114學年度第二學期第13週食譜設計-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		
5月4日 星期一 餐數 16	芝麻飯(蒸)	素咖哩(煮) 原味雞腿(600g)N 2包 素咖哩塊(250g*盒)N 1盒 冷凍皇帝豆 0.1 Kg 胡蘿蔔(大丁) Kg 馬鈴薯(大丁) Kg	玉米四寶(煮) 素肉燥(180g*包)N 1包 小黃瓜(小丁) Kg 毛豆仁 Kg 玉米粒(Q) Kg 胡蘿蔔(小丁) Kg	腰果花椰菜(炒) 玉米粒(Q) Kg 生腰果N Kg 冷凍青花菜(CAS) Kg 胡蘿蔔(切片) Kg	炒油菜(燙) 履歷油菜(切段) Kg	羅宋湯(煮) 秀珍菇 0.2 Kg 牛蕃茄(中丁) Kg 馬鈴薯(中丁) Kg	保久乳	醣類: 111.3 g 脂肪: 27.6 g 蛋白質: 37.4 g 熱量: 843.2大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	6 2.3 2.1 2.5 0.0 0.9
5月5日 星期二 餐數 16	白米飯(蒸)	炸古早味肉排(炸) 黑胡椒肉排(片)N 35片	魚香豆腐(煮) 素肉燥(180g*包)N 1包 瓶豆(大丁4.5K*雙筒) 盤	馬鈴薯起司蒸蛋(蒸) 蒸蛋紙(50張*包) 包 洗選蛋G Kg 馬鈴薯(切絲) Kg 平色乳酪(1K*單冠) 包 鮮奶(家庭號*光泉) 瓶	炒蚵白菜(燙) 履歷蚵白菜(切段) Kg	紅豆烤奶(煮) 麥香紅茶(60g*包) 包 奶粉 Kg 紅豆(履歷)O Kg 二砂糖(25K*台糖) 袋	鹽烤綜合堅果(鮮奶自備)	醣類: 95.1 g 脂肪: 30.7 g 蛋白質: 39 g 熱量: 812.7大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣含量:	5.5 3 0.6 2.5 0.0 0.8
5月6日 星期三 餐數 16	螺旋麵(煮)	番茄肉醬螺旋麵(煮) 素肉燥(600g*包)N 1包 炸豆包切丁*雙筒N 0.6 Kg 洋香葉菜(250g*新光) 包 螺旋麵(500g*包) 包 玉米粒(Q) Kg 帕瑪森起司粉(1K*桶) 桶 紅甜椒(小丁) Kg 洋菇罐頭(3K*桶) 桶	素菜捲(炸) 素菜捲(個)N 35個	茶香滷蛋(滷) 滷蛋(粒) 35個 麥香紅茶(60g*包) 包	有機空心菜(燙) 有機空心菜(切段) Kg	冬菜筍片湯(煮) 鮮筍(切片) Kg 冬菜(3K*桶) 桶		醣類: 88.5 g 脂肪: 25.5 g 蛋白質: 30.4 g 熱量: 705.1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 2.6 1.2 2.5 0.0 0.0
5月7日 星期四 餐數 16	五穀飯(蒸)	茄子豆腸(煮) 茄子(素) 1.2 Kg 九層塔(兩) 1兩 生豆腸(切段*雙筒) 0.6 Kg	蒼蠅頭(炒) 豆豉(約70g*小包) 1包 素肉燥(180g*包)N 1包 豆干丁*萊洲(素)L 0.8 Kg 新鮮四季豆(切段) 0.6 Kg	髮菜羹(煮) 非基改豆皮(條) 1條 大白菜(切片) Kg 木耳絲 Kg 生香菇(切) Kg 金針菇 Kg 胡蘿蔔(切絲) Kg 髮菜N Kg	炒青江菜(燙) 履歷青江菜(切段) Kg	紫菜蛋花湯(煮) 素小清丸(KG)N 0.3 Kg 韓國紫菜(600g)北斗 包 洗選蛋G Kg	保久乳	醣類: 104.3 g 脂肪: 31.1 g 蛋白質: 41.1 g 熱量: 861.5大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣含量:	5.8 3 1.3 2.5 0.0 0.9
5月8日 星期五 餐數 16	小米飯(蒸)	藥膳豆筍(煮) 當歸藥膳包 1包 白蘿蔔(大丁) 0.6 Kg 豆筍(KG)N 0.4 Kg	秘製滷豆干(滷) 滷包 個 老薑片(0.6K*包) 包 豆干(四分干*榮)L Kg 海帶結 Kg	椒鹽烤杏鮑菇(烤) 七味粉(300g*小罐坊) 包 椰菜菜脯(600g*小罐坊) 包 杏鮑菇(頭切塊) Kg 橄欖油(1L*奧利塔) 罐	縣產有機莧菜(炒) 履歷莧菜(切段)*雙筒淨化 Kg	玉米濃湯(煮) 康寶(素)金黃金玉米濃湯包 1包 三色豆(CAS) Kg 玉米粒(Q) Kg 洗選蛋G Kg 馬鈴薯(小丁) Kg		醣類: 90 g 脂肪: 27.5 g 蛋白質: 33.5 g 熱量: 741.5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 3 1.5 2.5 0.0 0.0

豐成食品工廠 電話: 04-8613339 傳真: 04-8613336

2026/4/30

*本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

*本產品含有易引起過敏之食物, 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, 不適合對其果敏體質者食用。

廠商營養師: 

營養師: 

午餐秘書: 

校長:

