

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16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25日 星期一	芝麻飯(黑芝麻0.4K)(蒸)	檸檬雞柳條(*3(炸) <small>檸檬雞柳條(條)*大成CAS 4662.03</small>	碎脯玉米蛋(炒) 洗選蛋G 65 Kg 玉米粒(Q) 12 Kg 碎脯(12K*箱) 2 箱 青蔥 1 Kg	黃瓜燴魚丸(煮) 胡瓜(去皮去籽) 82 Kg 小虱目魚丸(Q) 18 Kg 生香菇(切) 7 Kg 胡蘿蔔(切片) 7 Kg	蒜香油菜(燙) 臘臘油菜(切段) 87 Kg	筍片湯(煮) 鮮筍(切片)(泡冰) 41 Kg 大骨*米迪M 15 Kg		醣類: 93.5 g 脂肪: 25.5 g 蛋白質: 31.2 g 熱量: 728.3大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.7 2.6 1.6 2.5 0.0 0.0
5月26日 星期二	白米飯(蒸)	蜜汁烤雞腿排(烤) 雞排(TS5Q)醃 1554 片 烘培紙(20張/條) 2 條 蜜汁烤肉類(12K*品高) 1 箱 熟白芝麻 0.3 Kg	丁香花生(炒) 豆干片*榮洲L 60 Kg 小魚干(KG*) 10 Kg 油花生 9 Kg 青蔥 1 Kg 紅辣椒 0.3 Kg	香酥起司球(*2(炸) 起司球(個) 3108 個	炒小白菜(燙) 臘臘小白菜(切段) 87 Kg	空心菜小魚乾湯(煮) 臘臘空心菜(切段) 25 Kg 小魚干(KG*) 3 Kg 蒜末(0.6K*包) 1 包	堅果隨身包	醣類: 115 g 脂肪: 27.5 g 蛋白質: 36.6 g 熱量: 853.9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:	7.4 3 0.8 2.5 0.0 0.0
5月27日 星期三	白米飯(蒸)	菇紅蔥仁豆乳飯(煮) 紅蔥仁 16 Kg 美白菇 13 Kg 鴻喜菇 13 Kg 臘臘豆漿(3K*榮洲L) 10 包 生香菇(切) 5 Kg 胡蘿蔔(小丁) 5 Kg 蒜末(0.6K*包) 1 包 (紅蔥仁提前)	紅酒燻肉(煮) 前腿肉丁*米迪M 88 Kg 馬鈴薯(大丁) 30 Kg 胡蘿蔔(大丁) 15 Kg 洋蔥(中丁) 5 Kg 料理用紅酒(600ml) 4 瓶 月桂葉(100g*包) 1.01 包 蒜仁(0.6K*包) 1 包 無鹽奶油(大)454g 1 條	奶汁玉米球(烤) 玉米粒(Q) 48 Kg 那那椰奶(400ml*罐) 25 罐 低筋麵粉(1K*包) 15 包	腰果花椰菜(炒) 冷凍青花菜(CAS) 88 Kg 冷凍玉米筍(片) 14 Kg 木耳絲 5 Kg 生腰果N 5 Kg	蕎麥紅茶(煮) 麥香紅茶(60g*包) 40.01 包 蕎麥O 8 Kg 二砂糖(25K*白糖) 1 袋	葡萄(蒸)	醣類: 137 g 脂肪: 23 g 蛋白質: 30.7 g 熱量: 877.8大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	7.5 2.1 1.0 2.5 1.3 0.0
5月28日 星期四	胚芽米飯(胚芽米10K)(蒸)	古早味肉排(炸) <small>香酥大排(30片*米新)75g</small> 1554 片	蟹黃豆腐煲(煮) 粗豆腐(大丁)4.3K*莊興) 20 盤 胡蘿蔔(泥) 15 Kg 毛豆仁 6 Kg 蒜泥(0.6K*包) 2 包 青蔥(珠) 0.5 Kg	日式佃煮(煮) 鮮筍(大丁) 40 Kg 秀珍菇 24 Kg 胡蘿蔔(大丁) 15 Kg 杏鮑菇(頭切塊) 10 Kg 蹄膀小捲(1K*包)N 9 包 柴魚片(600g/包) 1 包 味醂(1.8L*)菊 1 罐 (鮮筍提前)	有機鮭葉白菜(燙) <small>有機鮭葉白菜(切段)款</small> 87 Kg	菜吻仔魚蛋花湯(煮) 洗選蛋G 18 Kg 韓國紫菜(600g)比斗 2 包 熟吻仔魚(3K*箱)Q 1 箱	保久乳	醣類: 103.8 g 脂肪: 31.1 g 蛋白質: 41 g 熱量: 859.1大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣含量:	5.8 3.0 1.2 2.5 0.0 0.9
5月29日 星期五	小米飯(小米10K)(蒸)	烤油甘魚(烤) <small>油甘魚片(80人*CAS)75g</small> 1554 片	脆瓜肉燥(煮) 豬絞肉(粗絞肉)米迪M 63 Kg 洋蔥(小丁) 18 Kg 花瓜罐(大)3K 8 罐 薑末(0.6K*包) 1 包	浮水魷魚羹(煮) 大白菜(切片) 66 Kg 前腿肉絲*米迪M 15 Kg 水發魷魚 12 Kg 鮮筍(切絲) 12 Kg 胡蘿蔔(切絲) 4 Kg 木耳絲 3 Kg (鮮筍提前)	除產有機空心菜(燙) <small>有機空心菜(切段)款香</small> 87 Kg	酸辣湯(煮) 鮮筍(切絲) 18 Kg 豬血(切絲) 13 Kg 前腿肉絲*米迪M 9 Kg 胡蘿蔔(切絲) 6 Kg 粗豆腐(小丁)4.3K*莊興) 5 盤 木耳絲 3 Kg (鮮筍提前)		醣類: 95 g 脂肪: 27.5 g 蛋白質: 34.2 g 熱量: 764.3大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.8 3 1.6 2.5 0.0 0.0

豐成食品工廠 電話: 04-8613339 傳真: 04-8613336


2026/5/22

※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: 



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16週食譜設計(素)

菜單組成 材料用量

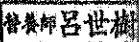
日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析		
5月25日 星期一	芝麻飯(蒸)	鐵板豆腐(煮) 傳球豆腐(2K*盒) 1盒 木耳絲 0.1 Kg 毛豆仁 0.1 Kg 胡蘿蔔(切片) 0.1 Kg	碎脯玉米蛋(炒) 玉米粒(Q) Kg 洗選蛋G Kg 碎脯(12K*箱) 箱	黃瓜燴魚丸(煮) 素香菇貢丸(KG)N 0.3 Kg 生香菇(切) Kg 胡瓜(去皮去籽) Kg 胡蘿蔔(切片) Kg	炒油菜(燙) 履歷油菜(切段) Kg	筍片湯(煮) 鮮筍(切片)(泡水) Kg		醣類: 93.5 g 脂肪: 25.5 g 蛋白質: 31.2 g 熱量: 728.3大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.7 2.6 1.6 2.5 0.0 0.0
5月26日 星期二	白米飯(蒸)	煎豆包三蔬(煎) 牙籤 35支 炸豆包(圓*彰南)N 35個 新鮮四季豆 0.4 Kg 新鮮玉米筍 0.4 Kg 胡蘿蔔(去皮) 0.3 Kg	糯米椒炒豆干(煮) 豆干片*榮洲L 1.2 Kg 豆豉(約70g*小包)素 1包 紅辣椒(條) 1條 青龍椒 0.6 Kg	香酥起司球(*2(炸) 起司球(個) 70個	炒小白菜(燙) 履歷小白菜(切段) Kg	空心菜豆皮湯(煮) 非基改豆皮角 0.2 Kg 履歷空心菜(切段) Kg	堅果隨身包	醣類: 115 g 脂肪: 27.5 g 蛋白質: 36.6 g 熱量: 853.9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:	7.4 3 0.8 2.5 0.0 0.0
5月27日 星期三	白米飯(蒸)	菇紅薏仁豆乳飯(煮) 生香菇(切) Kg 紅薏仁 Kg 美白菇 Kg 胡蘿蔔(小丁) Kg 鴻喜菇 Kg 履歷豆漿(5K*榮洲) 包	紅酒燉肉(煮) 素牛肉(大頭600g*包)N 1包 冷凍玉米塊(Q) 0.6 Kg 月桂葉(100g*包) 包 無鹽奶油(大)454g 條 料理用紅酒(600ml) 瓶 胡蘿蔔(大丁) Kg 馬鈴薯(大丁) Kg	奶汁玉米球(烤) 鄧梁標號(400ml*罐) 罐 玉米粒(Q) Kg 低筋麵粉(1K*包) 包	腰果花椰菜(炒) 木耳絲 Kg 生腰果N Kg 冷凍玉米筍(片) Kg 冷凍青花菜(CAS) Kg	蕎麥紅茶(煮) 麥香紅茶(60g*包) 包 蕎麥O Kg 二砂糖(25K*台糖) 袋	葡萄(蒸)	醣類: 137 g 脂肪: 23 g 蛋白質: 30.7 g 熱量: 877.8大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	7.5 2.1 1.0 2.5 1.3 0.0
5月28日 星期四	胚芽米飯(蒸)	古早味肉排(煎) 素黑胡椒肉排(片)N 35片	蟹黃豆腐煲(煮) 毛豆仁 Kg 胡蘿蔔(泥) Kg 粗豆腐(大丁4.5K*莊興) 盤	日式佃煮(煮) 白蘿蔔(大丁) Kg 杏鮑菇(頭切塊) Kg 秀珍菇 Kg 胡蘿蔔(大丁) Kg 鵝蛋小捲(1K*包)N 包	有機嫩葉白菜(燙) 有機嫩葉白菜(切段) 次 Kg	紫菜蛋花湯(煮) 素小滑丸(KG)N 0.3 Kg 韓國紫菜(600g)北斗 包 洗選蛋G Kg	保久乳	醣類: 103.8 g 脂肪: 31.1 g 蛋白質: 41 g 熱量: 859.1大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類 鈣含量:	5.8 3.0 1.2 2.5 0.0 0.9
5月29日 星期五	小米飯(蒸)	涼拌茭白筍(煮) 茭白筍(去殼) 2 Kg 胡蘿蔔(切絲) 0.2 Kg 香菜 0.1 Kg	茄子豆腸(煮) 茄子(素) 1.2 Kg 九層塔(兩) 1兩 生豆腸(切段*榮洲) 0.6 Kg	白菜滷(煮) 非基改豆皮(條) 3條 乾香菇絲(兩) 1兩 大白菜(切片) Kg 木耳絲 Kg 胡蘿蔔(切絲) Kg 鮮筍(切絲) Kg	絲產有機空心菜(燙) 有機空心菜(切段) 次 Kg	酸辣湯(煮) 木耳絲 Kg 胡蘿蔔(切絲) Kg 鮮筍(切絲) Kg 粗豆腐(小丁4.5K*莊興) 盤		醣類: 95 g 脂肪: 27.5 g 蛋白質: 34.2 g 熱量: 764.3大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.8 3 1.6 2.5 0.0 0.0

豐成食品工廠 電話: 04-8613339 傳真: 04-8613336

2026/5/22

※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:

