

A16 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 110學年度第1學期第4週午餐午餐食譜設計

材料用量

均使用國產豬肉、牛肉及其加工製品。

| 日期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 副菜 | 湯 | 水果 | 營養分析 |
|------------------------|---------|--|---|---|---|----|---|
| 月 日 | | | | | | | |
| 月 日 | | | | | | | |
| 9月22日 星期三 餐數 929 | 白米飯 | 奶油肉片筆管麵 筆管麵(0.5K) 78包 毛豆仁(凍拌CAS) 4Kg 肉片*立大 36Kg 玉米粒(1K裝)CAS 4Kg 馬鈴薯中丁 25Kg 紅蘿蔔小丁 4Kg 杏鮑菇中丁 12Kg 奶油 1Kg 洋蔥片 12Kg 玉米濃湯粉 8包 玉米筍(切) 5Kg 糙米 5Kg | 紅燒雞排(9圓)(約100G/支) 雞排ts5-CAS 949片 滷包(小磨坊) 1袋 八角粒 0.6Kg 青蔥段 0.6Kg 薑片 0.6Kg | 炒香菇油菜 油菜(切) 63Kg 生香菇片 6Kg 生機枸杞(1斤) 1包 薑絲 0.6Kg | 紅棗山藥湯 山藥中丁 25Kg 中排骨*立大 9Kg 紅蘿蔔中丁 5Kg 紅棗(1斤) 1包 芹菜珠 0.6Kg | | 醣類： 95.7 g 脂肪： 38.3 g 蛋白質： 42.1 g 熱量： 908大卡 |
| 9月23日 星期四 餐數 929 | 糙米飯(提前) | 鳳梨糖醋排骨(補貼5圓) 中排骨*立大 42Kg 肉片*立大 30Kg 洋蔥片 21Kg 小黃瓜中丁 5Kg 鳳梨罐(3K) 4罐 蕃茄醬(3K*可果*鐵) 2桶 薑片 1Kg | 海帶拌三絲 海帶絲(切) 35Kg 豆干絲 15Kg 紅甜椒絲 8Kg 肉絲*立大 6Kg 蒜末 0.6Kg | 炒肉絲小白菜 小白菜(切) 68Kg 肉絲*立大 3Kg 紅蘿蔔片 3Kg 蒜末 0.8Kg | 茶壺湯 大白菜切 30Kg 中排骨*立大 9Kg 生香菇片 4Kg 柴魚片(0.6K) 2包 紅蘿蔔片 1Kg | 蘋果 | 麵包(補貼5圓) 醣類： 101.1 g 脂肪： 30.4 g 蛋白質： 37.5 g 熱量： 828大卡 |
| 9月24日 星期五 餐數 929 | 白米飯 | 荷葉蒸香菇雞 骨腿丁*卜蜂 72Kg 薑片 1Kg 南瓜中丁 25Kg 蒸肉粉(0.6K) 6包 秀珍菇 3Kg 乾荷葉0.6K 3包 青蔥珠 1Kg 紅棗(1斤) 1包 乾香菇絲*斤 1斤 | 紅綠燈炒蛋 小黃瓜小丁 18Kg 玉米粒(1K裝)CAS 15Kg 紅蘿蔔小丁 7Kg 蛋(6k/箱) 7箱 | 豆皮青江菜 青江菜(切) 68Kg 紅蘿蔔絲 5Kg 豆皮(非基改*榮) 1.8Kg 蒜末 1Kg | 菇菇蛤蠣雞湯 白蘿蔔中丁 19Kg 骨腿丁*卜蜂 9Kg 蛤蜊(彰化) 9Kg 金針菇 3Kg 薑片 0.8Kg | 芒果 | 醣類： 92.6 g 脂肪： 33.8 g 蛋白質： 36.4 g 熱量： 828大卡 |

佳隆農畜實業有限公司 電話：05-5863766 傳真：05-5875918

營養師：

午餐執秘：

幹事兼
午餐秘書 張瑞林

校長：

虎尾國民小學 張美琳
校長

教師兼
總務主任 丁哲民