

A16 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 111學年度第1學期第1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
8月30日 星期二	胚芽米飯	韓式泡菜燒肉 肉片*立大 69Kg 高麗菜切片 25Kg 泡菜(愛心屋) 9Kg 洋蔥絲 5Kg 胚芽米 5Kg 蒜末 1Kg	田園玉米粒 玉米粒Q 30Kg 豆干丁 15Kg 絞肉*立大 9Kg 毛豆仁(CAS/禎祥) 6Kg 馬鈴薯小丁 6Kg 紅蘿蔔小丁 5Kg 蒜末 1Kg	蒜香木須青江菜 青江菜切 82Kg 生鮮木耳絲 3Kg 蒜末 0.6Kg	蘿蔔蛤蠣排骨湯 白蘿蔔中丁 30Kg 蛤蠣(彰化) 10Kg 中排骨*立大 9Kg 紅棗(1斤) 1包 薑片 1Kg		醣類： 80.5 g 脂肪： 32.0 g 蛋白質： 34.6 g 熱量： 750大卡
8月31日 星期三	快樂兒童漢堡餐	漢堡DIY 蕃茄醬包 1041包 奶香大亨堡 1041個	魚香香雞排加鮮蔬炒蛋(雞排送酒)(補貼13) 無骨香雞排(60) 1041片 洋蔥小丁 21Kg 油(食登) 5.2Kg 彩椒小丁 5Kg 蛋(15k/箱) 3箱	薯條 馬鈴薯切條 76Kg 梅子粉(0.6K) 2斤 地瓜粉(20Kg) 1袋	高麗菜玉米濃湯 玉米粒Q 13Kg 蛋(6k/箱) 1箱 洋蔥小丁 13Kg 馬鈴薯小丁 13Kg 玉米濃湯粉 6包 紅蘿蔔小丁 6Kg 高麗菜絲 5Kg 鮮奶(光泉*家) 5桶 黑胡椒粒(0.6K) 1包		醣類： 105.4 g 脂肪： 34.4 g 蛋白質： 29.9 g 熱量： 848大卡
9月1日 星期四	五穀米飯	蒲燒鮭魚片(補貼8元) 蒲燒鮭魚片45g 1041片 五穀米 5Kg	紅燒肉片佐香菇馬鈴薯 馬鈴薯中丁 60Kg 肉片*立大 9Kg 生香菇片 6Kg 紅蘿蔔片 3Kg 薑片1斤 2包 青蔥段 0.6Kg	炒香菇有機小松 有機小松菜切 75Kg 生香菇片 3Kg 蒜末 0.6Kg	鮮筍貢丸排骨湯 鮮筍片 27Kg 小貢丸(嘉楠CAS) 12Kg 中排骨*立大 9Kg 紅蘿蔔中丁 2Kg 芹菜珠 0.6Kg 香蕉	低糖養樂多(二圓)	醣類： 103.9 g 脂肪： 20.7 g 蛋白質： 20.9 g 熱量： 686大卡
9月2日 星期五	白米飯	蜜汁雞腿 雞腿D6 1041支 麥芽糖(3K) 1桶 白芝麻(熟) 0.3Kg	培根佐青蔬 小黃瓜片 50Kg 金針菇 15Kg 津谷培根CAS 9Kg 蒜末 1Kg	炒枸杞小白菜 小白菜切 76Kg 生機枸杞(1斤) 1包 蒜末 1Kg 薑絲 1Kg	紫菜味噌豆腐湯 豆腐中丁*6.5K 6板 豬大骨*立大 6Kg 味噌(3K) 4箱 海帶芽(濕*切) 3Kg 青蔥珠 1Kg		醣類： 70.4 g 脂肪： 29.9 g 蛋白質： 35.9 g 熱量： 699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：

教師兼午餐秘書 **吳蕙如**

校長：

虎尾國民小學 **洪孟真** 校長

總務主任：

教師兼代總務主任 **林春惠**