

# J036 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 111學年度第2學期第8週午餐食譜設計

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
4月6日 星期四	地瓜飯	<b>香酥鯖魚</b> 鯖魚(60g/90片/cas) 1017片 鯖魚/備份 20個	<b>泡菜肉片</b> 大白菜(切片) 55 Kg 泡菜 15 Kg 豬肉(片/CAS) 15 Kg 洋蔥(絲) 10 Kg 木耳(絲濕) 4 Kg 杏鮑菇(切片) 3 Kg 蒜(切末/斤) 1包 青蔥(段) 1 Kg	<b>炒青江菜</b> 青江菜(切段) 80 Kg 地瓜(絲) 10 Kg 紅蘿蔔(絲) 5 Kg 蒜(切末/斤) 3包	<b>蒲瓜排骨湯</b> 蒲瓜(切片) 40 Kg 中排骨(CAS) 12 Kg 貢丸(cas) 12 Kg 薑(切片/斤) 1斤	蛋糕土司(千巧谷11.4)進口蜜菓	醣類： 80.0 g 脂肪： 23.6 g 蛋白質： 23.3 g 熱量： 641大卡
餐數 1017							
4月7日 星期五	白米飯	<b>豆乳雞</b> 雞(胸丁/農生/CAS) 45 Kg 雞(骨髓丁/農/CAS) 45 Kg 豆腐乳(辣味) 3罐 青蔥(珠) 2 Kg 白芝麻 0.3 Kg	<b>蔬菜冬粉</b> 高麗菜(絲) 25 Kg 小黃瓜(絲) 15 Kg 冬粉 15 Kg 豬(絞肉/cas) 12 Kg 紅蘿蔔(絲) 5 Kg 香菇(生鮮切片) 3 Kg	<b>炒有機蔬菜</b> 有機蔬菜切 75 Kg 蒜(切末/斤) 3包 豆皮(整片-非1.8kg) 1包	<b>海菜魚丸湯</b> 珍珠魚丸(6g/鑫/0R) 12 Kg 紫菜(韓國-600g) 2包 青蔥(珠) 1 Kg 洗選蛋(240顆) 1箱		醣類： 81.5 g 脂肪： 23.3 g 蛋白質： 22.3 g 熱量： 638大卡
餐數 1017							

梅景食品股份有限公司 電話：05-5882573 傳真：05-5880580

製表日： 2023/3/30

午餐執秘：

總務主任：

校長：

教師兼  
午餐秘書 吳蕙如

教師兼代  
總務主任 林春惠

虎尾國民小學  
校長 洪孟真