

J036 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 112學年度第2學期第1週午餐素

菜單組成(單位: g) 及 材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
2月16日星期五	五穀飯	左宗棠雞丁 素雞(切片/非) 2 Kg 辣椒(條) 1 條 青椒(中丁) 0.4 Kg 彩椒(中丁) 0.4 Kg 木耳(濕/朵) 0.3 Kg 薑(完整/整週) 0.2 Kg	麻婆豆腐 豆腐(1.2kg/非) 2 盒 素肉燥(香) 1 包 毛豆仁 0.1 Kg 素火腿(丁/kg) 0.1 Kg	有機蔬菜 有機蔬菜切 2 Kg 香菇(生鮮切絲) 0.1 Kg 甜椒(絲) 0.1 Kg 薑(切絲) 0.1 Kg	蔬菜湯 大白菜(切) 1 Kg 玉米(粒-CAS) 0.1 Kg 紅蘿蔔(中丁) 0.1 Kg 鴻禧菇 0.1 Kg		醣類: 82.4 g 蛋白質: 20.1 g 脂肪: 19.7 g 熱量: 598大卡
餐數 27							
2月17日星期六	白米飯	筍乾滷肉 素三層 1.2 Kg 豆輪(濕) 0.6 Kg 筍乾(清洗截切) 0.6 Kg	結頭菜鮮炒 結頭菜(絲) 2 Kg 杏鮑菇(切絲) 0.3 Kg 紅蘿蔔(絲) 0.3 Kg 素火腿(片) 0.1 Kg	炒高麗菜 豆皮(整片-非) 2 片 高麗菜(片) 2 Kg 紅蘿蔔(絲) 0.1 Kg 薑(切絲) 0.1 Kg	紫菜湯 洗選蛋(10粒) 1 盒 紫菜(50g) 1 包 臘鹽小白菜(切段) 0.6 Kg	小番茄	醣類: 90.8 g 蛋白質: 26.8 g 脂肪: 29.3 g 熱量: 740大卡
餐數 27							

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

午餐執秘:

總務主任:

校長:

教師兼午餐秘書 吳蕙如

教師兼總務主任 張璟驊

虎尾國民小學 洪孟真 校長