

A16 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 113學年度第1學期第1週素食午餐食譜設計

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日星期五	白米飯	塔香素雞排 素雞排 29 個 九層塔(兩) 1 兩 彩椒片 0.2 Kg 杏鮑菇片 0.2 Kg 木耳片 0.1 Kg 薑片 0.1 Kg	香椿菜脯炒蛋 蛋(10粒/盒/約0.62盒) 1 Kg 菜脯碎 1 Kg 香椿素肉燥 0.1 Kg	炒高麗菜 高麗菜切 2.5 Kg 紅蘿蔔片 0.1 Kg 薑絲 0.1 Kg 鴻喜菇 0.1 Kg	冬瓜素丸湯 冬瓜中丁 0.6 Kg 小素丸 0.3 Kg 秀珍菇 0.1 Kg 薑絲 0.1 Kg		醣類： 80.0 g 脂肪： 30.3 g 蛋白質： 28.5 g 熱量： 698大卡
餐數 26							全穀雜糧 4.5份 乳品類 0.0份 豆魚蛋肉 2.6份 蔬菜類 2.3份 水果類 0.0份 油脂與堅 3.3份

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

製表日： 2024/8/28

午餐秘書：

總務主任：

校長：

教師兼午餐秘書 吳蕙如

總務主任 張璟驊

虎尾國民小學 校長 洪孟真