

A16 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 114學年度第2學期第9週午餐午餐食譜設計

均使用國產豬肉、牛肉及其加工製品。

材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析
4月7日 星期二	白米飯	鳳梨排骨 肉丁*溫 45 Kg 排骨肉丁*溫 36 Kg 洋蔥中丁Q 6 Kg 鳳梨碎(3K) 6 桶 黃甜椒片Q 3 Kg 蒜末 1 Kg	滷味拼盤 白蘿蔔中丁Q 40 Kg 玉米段Q 12 Kg 米血丁CAS 12 Kg 小小油腐丁 9 Kg 芋頭籤(1K/包) 9 包 薑片 1 Kg	香菇小白菜 小白菜切(產銷) 81 Kg 生香菇片Q 3 Kg 薑絲 1 Kg	假魚肚羹 大白菜絲Q 15 Kg 魚羹條CAS 15 Kg 雞骨CAS 6 Kg 蒜末1斤 1 包 蒜頭酥(0.6K) 1 包 蛋(6k/箱) 1 箱 乾蝦仁 0.6 Kg 青蔥珠 0.6Kg,香菜 0Kg	香梨	醣類：80.6 g 脂肪：25.2 g 蛋白質：27.0 g 熱量：660大卡 全穀雜糧 4.6份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 2.0份 蔬菜類 1.4份 水果類 0.0份 油脂與 3.1份
4月8日 星期三	白米飯	咖哩飯 肉丁*溫 60 Kg 馬鈴薯中丁Q 25 Kg 洋蔥中丁Q 15 Kg 紅蘿蔔中丁Q 10 Kg 咖哩粉(1斤/盒) 4 盒 咖哩塊(1K甜*佛特蒙) 2 盒	雞柳條(學校自備) 0 Kg	枸杞金菇美生菜 美生菜切(產銷) 80 Kg 金針菇Q 5 Kg 蒜末 1.5 Kg 生機枸杞(1斤) 1 包	蔬菜羅宋湯 高麗菜切Q 12 Kg 馬鈴薯小丁Q 9 Kg 蕃茄切片Q 8 Kg 中排骨*溫 6 Kg 洋蔥片Q 6 Kg 西芹片 3 Kg 蕃茄醬(3K*可果*塑) 1 桶 月桂葉100g/包 1 包		醣類：77.5 g 脂肪：21.5 g 蛋白質：22.2 g 熱量：599大卡 全穀雜糧 4.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 1.8份 蔬菜類 1.3份 水果類 0.0份 油脂與 3.1份
4月9日 星期四	十穀米飯	紅燒淋鮮魚 鯰魚片 50G(Q) 1095 片 十穀米 5 Kg 洋蔥絲Q 5 Kg 破朴子(3K) 1 桶 薑絲 1 Kg	結頭菜鮮燴 結頭菜絲Q 40 Kg 肉絲*溫 12 Kg 秀珍菇Q 9 Kg 榨菜絲 6 Kg 木耳絲 5 Kg 芹菜段Q 4 Kg 紅蘿蔔絲Q 3 Kg 蒜末1斤 1 包	木須有機味美菜 味美菜切(有機) 78 Kg 木耳絲 5 Kg 蒜末 1.5 Kg	味噌海芽豆腐湯 豆腐小丁6.5K 6 板 洋蔥絲Q 5 Kg 味噌(3K) 3 箱 海帶芽(濕*切) 3 Kg 小魚乾 1 Kg 青蔥珠 1 Kg	摩斯葡萄蒟蒻飲	醣類：73.8 g 脂肪：25.8 g 蛋白質：28.5 g 熱量：647大卡 全穀雜糧 4.3份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 2.0份 蔬菜類 1.5份 水果類 0.0份 油脂與 3.1份
4月10日 星期五	有機米飯	海南瓜仔雞 骨腿丁CAS(大成) 87 Kg 紅蘿蔔中丁Q 15 Kg 花瓜片 10 Kg 薑片 1 Kg	玉米起司蛋 洋蔥小丁Q 15 Kg 玉米粒Q 15 Kg 紅蘿蔔小丁Q 5 Kg 蛋(12k/箱) 4 箱 乳酪絲 3 Kg 青蔥珠 1 Kg	豆皮高麗菜 高麗菜切Q 85 Kg 蒜末 1.5 Kg 豆皮-非基改1.8K/袋 1 袋	四神湯 白蘿蔔中丁Q 24 Kg 四神藥包 10 包 薏仁 8 Kg 角螺-非基改1.8K/袋 3 袋 薑絲 0.6 Kg		醣類：79.4 g 脂肪：34.3 g 蛋白質：35.7 g 熱量：774大卡 全穀雜糧 4.7份 乳品類 0.1份 豆魚蛋 3.6份 蔬菜類 1.4份 水果類 0.0份 油脂與 3.1份

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

製表日：2026/3/31

午餐秘書：

總務主任：

校長：

依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏的食物(如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品。菜單如有使用上述食材，對菜單上述食材過敏者請注意。