


J036 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 114學年度第2學期第15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	六大類	份數
5月18日 星期一	白米飯	嫩豬肉排骨	日式香菇蒸蛋	翠炒青江菜	肉骨茶湯	水蜜桃	醣類： 97.4 g 脂肪： 24.5 g 蛋白質： 25.2 g 熱量： 718大卡	全穀雜糧類	6
		豬肉(丁/溫) 48 Kg 豬肉(前排丁/CAS) 24 Kg 白蘿蔔(中丁) 20 Kg 紅蘿蔔(中丁) 5 Kg 青蔥(段) 0.6 Kg 八角粒 0.3 Kg	玉米(粒-CAS) 10 Kg 洗選蛋(240顆) 4 箱 香菇(生鮮切絲) 3 Kg 青蔥(珠) 0.6 Kg	履歷青江菜(切段) 78 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	白蘿蔔(中丁) 35 Kg 肉骨茶包 15 包 中排骨(CAS) 12 Kg 鴻禧菇 3 Kg 芹菜(珠) 1 Kg			蛋豆魚肉類 2.6 蔬菜類 2 水果類 1 油脂與乳類 2.2 奶類 0	
餐數 1071									
5月19日 星期二	小米飯	鹹酥雞	白菜肉羹	炒小白菜	鮮筍排骨湯		醣類： 97.5 g 脂肪： 22.1 g 蛋白質： 23.3 g 熱量： 699大卡	全穀雜糧類	6.1
		雞(胸丁/cas/立達) 90 Kg 甜不辣(絲) 9 Kg 蒜(切末/斤) 2 包 九層塔 1 Kg	大白菜(切片) 50 Kg 手工赤肉羹 15 Kg 鮮筍(絲) 15 Kg 香菇(生鮮切片) 3 Kg 蒜(切末/斤) 1 包 薑(切泥) 1 Kg	履歷小白菜(切段) 78 Kg 蒜(切末/斤) 2 包 鴻禧菇 1.5 Kg	鮮筍(片) 30 Kg 中排骨(CAS) 15 Kg 薑(切片) 0.6 Kg 油豬排(提前/學校加菜) 蒜(切碎) 2 Kg			蛋豆魚肉類 2.7 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.4 奶類 0	
餐數 1071									
5月20日 星期三	白米飯	肉絲蛋炒飯	油豬排(學校加菜)	清炒高麗菜	茶壺湯		醣類： 77.5 g 脂肪： 32.8 g 蛋白質： 34.4 g 熱量： 760大卡	全穀雜糧類	6.3
		豬肉(絲/CAS) 42 Kg 洋蔥(中丁) 20 Kg 玉米(粒/CAS) 15 Kg 毛豆仁(QR) 6 Kg 紅蘿蔔(小丁/生鮮) 5 Kg 油蔥酥(斤) 3 包 洗選蛋(210粒) 2 箱 青蔥(珠) 1Kg,蒜(切碎) 1Kg	生鮮豬排(cas/自備) 1072 片 滷包(單包) 4 包 蒜(切碎) 2 Kg	高麗菜(片) 80 Kg 蒜(切末/斤) 2 包 豆皮(整片-非/1.8kg) 1 包 枸杞 0.3 Kg	玉米(小段-生鮮) 30 Kg 中排骨(CAS) 9 Kg 杏鮑菇(切片) 3 Kg 紅蘿蔔(絲) 3 Kg 小魚乾 0.6 Kg			蛋豆魚肉類 2.2 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.2 奶類 0	
餐數 1071									
5月21日 星期四	紅藜飯	香酥鮮魚	蔥花麻婆豆腐	炒空心菜	瓜仔雞湯	福優藍莓優格	醣類： 72.2 g 脂肪： 35.0 g 蛋白質： 37.4 g 熱量： 771大卡	全穀雜糧類	6
		水鯊(魚丁) 130 Kg 地瓜粉(1斤) 6 包 小磨坊胡椒鹽(盒) 1 盒 油花生 1 Kg 青蔥(珠) 1 Kg	豆腐(盤-切小丁/非) 18 板 豬(絞肉/cas) 15 Kg 毛豆仁(QR) 5 Kg 青蔥(珠) 1.5 Kg 豆瓣醬(不辣-十全) 1 瓶	履歷空心菜(切段) 72 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	雞(骨腿丁/cas/立) 30 Kg 白蘿蔔(中丁) 15 Kg 蔴瓜(3kg/罐) 1 桶 薑(切片/斤) 1 斤			蛋豆魚肉類 2.3 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.2 奶類 0	
餐數 1071									
5月22日 星期五	有機米飯	三杯雞	田園四錦	有機蔬菜	油豆腐虱目魚丸湯	履歷豆漿	醣類： 81.1 g 脂肪： 29.2 g 蛋白質： 30.8 g 熱量： 727大卡	全穀雜糧類	6.2
		雞(骨腿丁/cas/立) 90 Kg 杏鮑菇(大丁) 20 Kg 米血丁(CAS) 9 Kg 九層塔 1 Kg 蒜(仁) 1 Kg 薑(切片) 1 Kg	玉米(粒/CAS) 25 Kg 馬鈴薯(小丁生鮮) 25 Kg 豬(絞肉/cas) 15 Kg 小黃瓜(小丁) 5 Kg 蒜(切末/斤) 1 包	有機蔬菜切 72 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	油豆腐(丁/9g/非) 20 Kg 洋蔥(絲) 15 Kg 虱目魚丸(10g/蠶/QR) 12 Kg 大骨(叉骨/CAS) 6 Kg 芹菜 1 Kg			蛋豆魚肉類 2.2 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.2 奶類 0	
餐數 1071									

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

製表日：2026/5/13

午餐秘書：


總務主任：


校長：


本校一律使用國產豬肉

食材專線：05-5882573

本產品含有甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質及穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合其過敏體質者食用