

A14 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 115學年度第1學期第1週午餐午餐食譜設計

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31日 星期一 餐數1091	五穀米飯(五穀米5K)	東坡扣肉 肉丁*溫 70 Kg 筍乾(切) 43 Kg 薑片 1 Kg 八角粒 0.6 Kg	黃瓜鮮繪 刺瓜片Q 80 Kg 肉絲*溫 9 Kg 紅蘿蔔絲Q 2 Kg 乾香菇絲*斤 1 斤 蒜末 1 Kg 青蔥珠 1 Kg	秀菇油菜 油菜切(產銷) 80 Kg 秀珍菇Q 3 Kg 蒜末1斤 2 包	黑糖鮮奶粉圓 粉圓 36 Kg 鮮奶(福樂1830ml) 10 桶 黑糖(Kg) 5 Kg	砂糖橘	醣類：97.8 g 脂肪：25.7 g 蛋白質：32.2 g 熱量：756大卡 全穀雜 6.0份 乳品類 0.1份 豆魚蛋 2.1份 蔬菜類 1.9份 水果類 0.0份 油脂與 3.1份
9月1日 星期二 餐數1091	白米飯	酥炸虱目魚柳(2-3尾/份) 虱目魚柳(0.6K) 122 包 香辣椒鹽粉(小磨坊) 1 盒 地瓜粉(20Kg) 1 袋 青蔥珠 1 Kg	蔥花麻婆豆腐 豆腐中丁6.5K 12 板 粗絞肉*溫 9 Kg 不辣豆瓣醬(3K) 3 桶 紅蘿蔔小丁Q 3 Kg 蒜末1斤 2 包 青蔥珠 2 Kg	蒜香青江菜 青江菜切(產銷) 82 Kg 紅蘿蔔絲Q 4 Kg 蒜末1斤 2 包	綜合火鍋湯 白蘿蔔中丁Q 21 Kg 玉米段CAS 12 Kg 珍珠魚丸CAS(利安鑫) 12 Kg 豬大骨*溫 9 Kg 芹菜珠Q 1 Kg		醣類：72.0 g 脂肪：28.6 g 蛋白質：30.8 g 熱量：671大卡 全穀雜 4.3份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 2.9份 蔬菜類 1.1份 水果類 0.0份 油脂與 3.1份
9月2日 星期三 餐數1091	白米飯	夏威夷炒飯 肉絲*溫 31 Kg 洋蔥片Q 12 Kg 津谷培根CAS 12 Kg 鳳梨碎(3K) 10 桶 玉米粒Q 5 Kg 青椒小丁Q 3 Kg 蒜末1斤 2 包 黑胡椒粉1盒,蛋(12k/箱)1箱,青蔥珠1Kg	滷雞腿(學校自行加菜) 滷包(小磨坊) 1 袋 薑片 1 Kg 八角粒 0.6 Kg 雞腿D6 0 支	紅片高麗菜 高麗菜切Q 88 Kg 紅蘿蔔片Q 4 Kg 蒜末1斤 2 包	州大餛飩湯(國產證明) 溫州大餛飩kg 18 Kg 榨菜絲 10 Kg 雞骨CAS 10 Kg 油蔥酥(1斤) 2 包 芹菜珠Q 1.5 Kg		醣類：74.6 g 脂肪：29.1 g 蛋白質：18.7 g 熱量：639大卡 全穀雜 4.2份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 1.1份 蔬菜類 1.0份 水果類 0.0份 油脂與 4.2份
9月3日 星期四 餐數1091	海苔飯(海苔粉一包)	北海豆豉雞 骨腿丁CAS*大成 87 Kg 小小油腐丁 20 Kg 豆豉 6 Kg 蒜末1斤 2 包 青蔥珠 1.5 Kg 素蠔油(5K) 1 桶	南瓜枸杞蒸蛋 南瓜絲Q 30 Kg 蛋(12k/箱) 4 箱 蒜末1斤 2 包 枸杞(1斤) 1 包 翡翠(6K) 1 包	炒小白菜 小白菜切(產銷) 80 Kg 生香菇片Q 3 Kg 薑絲 1.5 Kg	蔬菜豆腐湯 高麗菜切片Q 15 Kg 豬大骨*溫 9 Kg 豆腐中丁6.5K 4 板 海帶芽(濕*切) 2.5 Kg 小魚乾 1 Kg	千巧芭蘿吐司	醣類：75.1 g 脂肪：20.4 g 蛋白質：39.7 g 熱量：648大卡 全穀雜 4.4份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 4.2份 蔬菜類 0.9份 水果類 0.0份 油脂與 0.0份
9月4日 星期五 餐數1091	有機米飯	辛奇燉豬肉 肉丁*溫 71 Kg 韓式年糕條500g 25 包 馬鈴薯中丁Q 25 Kg 韓式大醬KG 3 Kg 蒜末1斤 2 包 青蔥段 1 Kg	蕃茄玉米肉燥 蕃茄小丁Q 36 Kg 豆干丁 20 Kg 粗絞肉*溫 15 Kg 毛豆仁Q 5 Kg 紅蘿蔔小丁Q 5 Kg 蒜末1斤 2 包	枸杞味美 味美菜切(有機) 80 Kg 蒜末1斤 2 包 生機枸杞(1斤) 1 包	紅棗香菇雞湯(精進) 冬瓜中丁Q 35 Kg 骨腿丁CAS*大成 12 Kg 生香菇片Q 3 Kg 紅棗(1斤) 1 包 薑片 1 Kg 乾香菇 0.3 Kg		醣類：80.8 g 脂肪：28.6 g 蛋白質：33.0 g 熱量：715大卡 全穀雜 4.7份 乳品類 0.0份 豆魚蛋 3.3份 蔬菜類 1.5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

午餐秘書：  總務主任：  校長： 

製表日：2026/8/26

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，對菜單上上述食材過敏者請注意。