

J036 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 115學年度第1學期第6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
10月5日 星期一	白米飯	蔥爆豬肉片 豬肉(片/CAS) 75 Kg 高麗菜(片) 35 Kg 洋蔥(絲) 15 Kg 青蔥(段) 1.2 Kg	螞蟥上樹 豆芽菜 46 Kg 冬粉 15 Kg 豬(絞肉/cas) 12 Kg 紅蘿蔔(絲) 3 Kg 豆瓣醬(不辣/十全) 1 瓶 芹菜(珠) 1 Kg 蒜(切末/斤) 1 包 薑(切末) 0.6 Kg	田園鵝白菜 履歷鵝白菜(切段) 76 Kg 香菇(生鮮切絲) 3 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	肉羹湯 大白菜(切) 30 Kg 豬肉(粗絲/CAS) 12 Kg 大骨(叉骨/CAS) 6 Kg 竹筍(絲/清洗) 6 Kg 木耳(絲濕) 3 Kg 洗選蛋(30粒) 3 盤 紅蘿蔔(絲) 3 Kg 香菜 1Kg,油蔥酥(斤) 1包	無籽青葡萄	醣類: 103.3 g 脂肪: 28.0 g 蛋白質: 32.5 g 熱量: 815大卡	全穀雜糧類 6.1 蛋豆魚肉類 2 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.1 奶類 0	
10月6日 星期二	五穀飯	鯛魚片(學校加菜) 鯛魚片(QR/自備) 1084 Kg	紅燒油豆腐 油豆腐(丁/9g/非) 50 Kg 豬肉(片/CAS) 12 Kg 紅蘿蔔(小丁/生鮮) 8 Kg 毛豆仁(QR) 3 Kg 油蔥酥(斤) 1 包 青蔥(珠) 1 Kg 蒜(仁/斤) 1 包	炒高麗菜 高麗菜(片) 82 Kg 豆皮(碎) 3 Kg 蒜(切末/斤) 2 包 鴻禧菇 1 Kg	關東煮湯 白蘿蔔(中丁) 26 Kg 小黑輪條(CAS) 15 Kg 貢丸(cas) 9 Kg 米血丁(CAS) 6 Kg 中排骨(CAS) 3 Kg 香菇(生鮮切片) 2 Kg 香菜 0.3 Kg		醣類: 84.7 g 脂肪: 21.5 g 蛋白質: 20.9 g 熱量: 630大卡	全穀雜糧類 6 蛋豆魚肉類 2.2 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.3 奶類 0	
10月7日 星期三	義大利麵	義大利肉醬麵 白扁麵(辰/直送) 150 Kg 豬(絞肉/cas) 42 Kg 洋蔥(小丁) 30 Kg 玉米(粒-CAS) 15 Kg 紅蘿蔔(小丁/生鮮) 10 Kg 秀珍菇 9 Kg 毛豆仁(QR) 3 Kg 義大利肉醬(3K) 3罐,蕃茄醬(3kg/可果美) 3罐,蘑菇牛排醬(2.4kg) 2瓶,蒜(切碎) 1Kg	檸檬雞翅 檸檬雞翅(吉豐) 1084 支 檸檬雞翅(備品) 20 支	黑胡椒毛豆莢 毛豆莢(CAS) 50 Kg 蒜(切末/斤) 3 包 八角粒(大包) 1 包 粗粒黑胡椒粒(盒) 1 盒	冬瓜雞盅 冬瓜(中丁) 36 Kg 雞(骨腿丁/cas/立) 15 Kg 枸杞 1 Kg 蓮子(乾) 1 Kg 薑(切片) 1 Kg		醣類: 52.4 g 脂肪: 27.1 g 蛋白質: 24.4 g 熱量: 563大卡	全穀雜糧類 6.2 蛋豆魚肉類 2.3 蔬菜類 2 水果類 0 油脂與乳類 2.1 奶類 0	
10月8日 星期四	糙米飯	馬鈴薯燒雞 雞(骨腿丁/CAS) 96 Kg 馬鈴薯(中丁) 15 Kg 紅蘿蔔(中丁) 5 Kg 青蔥(段) 2 Kg 薑(切片) 1 Kg	玉米炒蛋 玉米(粒-CAS) 30 Kg 洋蔥(絲) 6 Kg 青椒(絲) 4 Kg 洗選蛋(240顆) 3 箱 青蔥(珠) 1 Kg	有機蔬菜 有機蔬菜切 76 Kg 紅蘿蔔(絲) 3 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	筍片排骨湯 鮮筍(片) 30 Kg 中排骨(CAS) 12 Kg 枸杞 0.3 Kg 薑(切絲) 0.1 Kg	福優藍莓優格	醣類: 81.2 g 脂肪: 21.5 g 蛋白質: 20.3 g 熱量: 613大卡	全穀雜糧類 6 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	

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

製表日: 2026/9/30

午餐秘書:

教師兼午餐秘書 吳蕙如

總務主任

教師兼總務主任 張璟驊

校長:

虎尾國民小學 洪孟真 校長

本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

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