J036 雲林縣虎尾鎮虎尾國小 115學年度第1學期第9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
		光復節補假							
10月27日星期二	海苔飯	酥炸鱸魚丁(學校加菜)	砂鍋燴白菜	炒油菜	蘿蔔排骨湯	藍星百香果	醣類：88.2 g 脂肪：20.8 g 蛋白質：15.9 g 熱量：616大卡	全穀雜糧	6
		鱸魚丁(自備) 132 Kg	大白菜(切) 60 Kg 豬肉(片/CAS) 15 Kg 金針菇 6 Kg 木耳(絲濕) 3 Kg 角螺(非/1.8kg) 3 包 沙茶醬(牛/大) 1 罐	履歷油菜(切段) 80 Kg 秀珍菇 3 Kg 蒜(切碎) 1 Kg	白蘿蔔(中丁) 40 Kg 中排骨(丁-溫) 12 Kg 芹菜(珠) 0.6 Kg 紅棗 0.6 Kg			蛋豆魚	2.2
								蔬菜類	2
								水果類	1
								油脂與堅	2.3
								奶類	0
餐數 1085									
10月28日星期三	白米飯	台式炒飯	滷味燙(+雞腿)	炒空心菜	南瓜濃湯		醣類：97.8 g 脂肪：22.9 g 蛋白質：24.6 g 熱量：712大卡	全穀雜糧	6.2
		豬肉(絲/CAS) 42 Kg 玉米(粒/CAS) 15 Kg 洋蔥(中丁) 15 Kg 毛豆仁(QR) 5 Kg 洗選蛋(210粒) 2 箱 青蔥(珠) 1 Kg	雞腿D6(CAS/達) 1085 支 高麗菜(片) 36 Kg 雞腿D6(CAS/立/備) 20 支 小黑輪條(CAS) 18 Kg 米血丁(CAS) 18 Kg 酸菜(絲) 9 Kg 青蔥(段) 0.6 Kg	履歷空心菜(切段) 80 Kg 雪白菇 3 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	南瓜(小丁去皮) 35 Kg 玉米(粒-CAS) 10 Kg 玉米濃湯粉 3 Kg 洗選蛋(30粒) 3 盤 鮮奶(1858cc) 3 瓶 青蔥(珠) 0.3 Kg			蛋豆魚	2.3
								蔬菜類	2
								水果類	0
								油脂與堅	2.1
								奶類	0
餐數 1085									
10月29日星期四	紫米飯	麻油雞	玉米干丁	蒜香鵝白菜	刺瓜排骨湯	85度C南瓜小精靈麵包	醣類：84.8 g 脂肪：28.1 g 蛋白質：26.5 g 熱量：713大卡	全穀雜糧	6
		雞(腿丁/CAS) 80 Kg 高麗菜(片) 35 Kg 米血丁(CAS) 9 Kg 凍豆腐(切/非) 9 Kg 薑(切片) 2 Kg 青蔥(段) 1 Kg 麻油(寶斗) 1 瓶 枸杞 0.3 Kg	玉米(粒-CAS) 30 Kg 豆干(切丁/非) 15 Kg 豬(絞肉-溫體) 15 Kg 毛豆仁(QR) 8 Kg 紅蘿蔔(小丁/生鮮) 8 Kg 青蔥(珠) 1 Kg	履歷鵝白菜(切段) 80 Kg 鴻禧菇 3 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	大黃瓜(片) 36 Kg 中排骨(丁-溫) 12 Kg 貢丸(cas) 9 Kg 薑(切絲) 1 Kg			蛋豆魚肉	2.3
								蔬菜類	2
								水果類	0
								油脂與堅	2.2
								奶類	0
餐數 1085									
10月30日星期五	有機米飯	香滷肉燥	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	什錦酸辣湯	履歷豆漿	醣類：72.3 g 脂肪：31.7 g 蛋白質：33.3 g 熱量：724大卡	全穀雜糧	6.2
		豬(絞肉-溫體) 78 Kg 洋蔥(小丁) 15 Kg 碎瓜 12 Kg 蒜(切末/斤) 2 包 青蔥(珠) 1 Kg	紅蘿蔔(絲) 45 Kg 杏鮑菇(切絲) 5 Kg 洋蔥(絲) 5 Kg 洗選蛋(210粒) 4 箱 青蔥(珠) 1 Kg	有機蔬菜切 80 Kg 香菇(生鮮切片) 3 Kg 蒜(切末/斤) 2 包	竹筍(絲/清洗) 15 Kg 豬肉(絲/CAS) 12 Kg 木耳(絲濕) 3 Kg 豆腐(切絲/非) 3 板 洗選蛋(30粒) 3 盤 紅蘿蔔(絲) 3 Kg 青蔥(珠) 1 Kg			蛋豆魚肉	2.2
								蔬菜類	2
								水果類	0
								油脂與堅	2.2
								奶類	0
餐數 1085									

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

製表日： 2026/10/22

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：雲林縣虎尾國民小學 校長 洪孟真

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