

彰化縣福興鄉管嶼國民小學午餐食材總量表

單位:KG

日期	102年09月16日(一) 用餐人數:692		102年09月17日(二) 用餐人數:692		102年09月18日(三) 用餐人數:692		102年09月19日(四) 用餐人數:		102年09月20日(五) 用餐人數:		
主食	白飯		麥片	7	主 食 變 化	調味料總計	712PC	中 秋 節 放 假	彈 性 放 假		
	青蔥	.6	調味料總計	712PC		青蔥	.6				
	薑片	.6	青蔥	.6		薑片	.6				
	蒜仁	.6	薑片	.6		蒜仁	.6				
	穀盛烏醋(	1桶	蒜仁	.6		波蜜果菜汁	罐				
	低筋麵粉(	5	福懋沙拉油	1桶		統一麥香紅	25瓶				
			富味鄉香油	2桶		美粒果柳橙	罐				
			富味鄉胡麻	2桶		二砂(散)50	10				
		低筋麵粉(	5								
		十全辣豆瓣	4桶								
主 菜	醬燒百頁	57	旗魚丁	70	雞 肉 親 子 丼	含皮雞胸丁	38				
	青蔥	1	茄子	10		洋蔥去皮	14				
	滷包(母指)	20PC	斑生香菇	3		胡蘿蔔	3				
	薑片	.6	腩肉	6		青豆仁	2				
						蒜末	1				
						洗選蛋	7				
副 菜	冬粉(3K)	15	芋泥酥捲	720PC	客 家 小 炒	豆干片	47				
	胡蘿蔔	3	酥芋泥捲			乾魷魚切條	1.4				
	高麗菜	30				芹菜去葉	3				
	黑木耳(朵)	2				黑豆豉(1	.6				
	芹菜去葉	1				豬肉絲	6				
青 菜	脆炒青江菜	60	蒜香大陸妹	60	蒜 香 高 麗 菜	高麗菜	57				
	蒜末	.6	蒜末	.6		蒜末	.6				
	胡蘿蔔	1				胡蘿蔔	1				
湯 品	養生菇湯	3	天鴿蛋	7	柴 魚 蘿 蔔 湯	白蘿蔔去皮	20				
	鮑魚菇	6	龍骨丁	6		大骨	3				
	金絲菇	10	黑木耳(朵)	3		香菜	.5				
	枸杞(1斤)	.6	冷凍芋頭丁	9		生香菇	12				
	洗選蛋	7	角螺	1.8		雙魚柴魚片	1包				
水 果											
營 養 分 析	熱量(cal)	723.7	熱量(cal)	739	熱量(cal)	664					
	粗蛋白(g)	28.3	粗蛋白(g)	28.5	粗蛋白(g)	26.5					
	粗脂肪(g)	24.5	粗脂肪(g)	23	粗脂肪(g)	20					
	碳水化合物	97.5	碳水化合物	104.5	碳水化合物	90					

營養師	午餐執行秘書	校長