

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12月09日(一) 用餐人數:692		102年12月10日(二) 用餐人數:692		102年12月11日(三) 用餐人數:692		102年12月12日(四) 用餐人數:692		102年12月13日(五) 用餐人數:692							
主食	白飯		紫米	7	主 食 變 化	調味料總計	692PC	麥 片 飯	麥片	7	白 米 飯	白飯				
	青蔥	1	調味料總計	692PC		青蔥	1		調味料總計	692PC		青蔥	1	青蔥	1	
	薑片	1	青蔥	1		薑片	1		青蔥	1		薑片	1	薑片	1	
	蒜仁	1	薑片	1		蒜仁	1		薑片	1		蒜仁	1	蒜仁	1	
			蒜仁	1					蒜仁	1						
主 菜	紅麵筋泡	12	薑鴨	鴨丁	48	香 蔥 炒 米 粉	新竹米粉(35	咖 哩 燉 肉 丸	大獅子頭(700個	義 式 香 草 雞	棒腿丁	54		
	筍片	18	如記米血丁	15	豬肉絲		15	馬鈴薯大丁		14	馬鈴薯去皮		12	馬鈴薯去皮	12	
	生香菇	3	薑片	.5	胡蘿蔔		7	胡蘿蔔去皮		4	紅蕃茄		5	紅蕃茄	5	
	三色丁	2	角螺	1.8	乾香菇(小		.3	咖哩粉(拇		2包	青蔥		1	青蔥	1	
	薑片	1			高麗菜		28	蒜末		1	蒜仁		1	蒜仁	1	
	乾香菇絲(.5			韭菜		3				小磨仿義大		1罐	小磨仿義大	1罐	
				(姚)油蔥酥	2包											
副 菜	蕃茄洗選蛋	41	魚 香 四 色	小豆干丁	30	茶 香 滷 蛋	白煮蛋	700個	大 瓜 燴 什 錦	冬瓜削皮	45	風 味 白 菜 滷	大白菜	52		
	紅蕃茄	13		粗絞肉	9		薑片	1		胡蘿蔔	3		黑木耳(朵	2	黑木耳(朵	2
	蕃茄醬軟袋	1袋		冷凍芋頭丁	10		滷包(母指	20PC		玉米粒(15K	4		胡蘿蔔	3	胡蘿蔔	3
	青蔥	1		冷凍毛豆仁	3					黑木耳(朵	2		魚卵卷	3	魚卵卷	3
				胡蘿蔔	5					豬肉片	6		鷓鴣蛋	5	鷓鴣蛋	5
				玉米粒(15K	8					芹菜去葉	1		角螺	1.8	角螺	1.8
						薑絲	1									
青 菜	炒菠菜	60	炒 芥 藍 菜	芥藍菜	60	炒 大 陸 妹 菜	大陸妹菜	60	薑 絲 小 白 菜	小白菜	60	蒜 香 青 江 菜	青江菜	60		
	蒜末	1		蒜末	1		蒜末	1		薑絲	1		蒜末	1	蒜末	1
湯 品	翡翠	12盒	玉 米 蛋 花 湯	玉米粒(15K	10	海 芽 味 噌 湯	乾海帶芽(2	茶 壺 湯	玉米穗切段	10	酸 辣 湯	洗選蛋	5		
	洗選蛋	6		洗選蛋	7		十全味噌(7		薑片	.5		筍絲	6	筍絲	6
	金絲菇	5		青蔥	1		青蔥	1		乾香菇(小	.2		胡蘿蔔	2	胡蘿蔔	2
	蟬味絲	1.5		大骨	3		洋蔥去皮	12		白蘿蔔去皮	20		盤裝豆腐(4盤	盤裝豆腐(4盤
	青蔥	1								棒腿丁	9		豬血	12	豬血	12
										蟬味絲	1		榨菜絲	6	榨菜絲	6
													豬肉絲	3	豬肉絲	3
								香菜	.5	香菜	.5					
								大骨	3	大骨	3					
水 果								水 果	水果(美佳	692PC						
營 養 分 析	熱量(cal	663.7	熱量(cal	755.7	熱量(cal	678.7	熱量(cal	674.3	熱量(cal	743.7	熱量(cal	743.7				
	粗蛋白(g)	26.3	粗蛋白(g)	29.8	粗蛋白(g)	28.3	粗蛋白(g)	27.7	粗蛋白(g)	28.3	粗蛋白(g)	28.3				
	粗脂肪(g)	22.5	粗脂肪(g)	24.5	粗脂肪(g)	23.5	粗脂肪(g)	21.5	粗脂肪(g)	22.5	粗脂肪(g)	22.5				
	碳水化合物	89	碳水化合物	104	碳水化合物	88.5	碳水化合物	92.5	碳水化合物	107	碳水化合物	107				

營養師	午餐執行秘書	校長