

# 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30日(一) 用餐人數:692		102年12月31日(二) 用餐人數:692	
主食	白飯		小米	7
	青蔥	1	調味料總計	692PC
	薑片	1	青蔥	1
	蒜仁	1	薑片	1
			蒜仁	1
主菜	養生烤麩	700個	三杯雞	69
	冬瓜中丁	20	九層塔	1
	枸杞(1斤)	.6	薑片	1
	薑片	1	紅辣椒	.5
	三色丁	3	蒜仁	1
副菜	麻婆豆腐	21盤	螞蟻上樹	12
	絞肉	6	胡蘿蔔	3.5
	高慶泉豆瓣	1桶	綠豆芽	20
	青豆仁	2	黑木耳(朵)	3
	胡蘿蔔	2	絞肉	3
	黑豆豉(1	.6	蒜末	1
青菜	蒜香芥藍菜	60	炒青花菜	75
	蒜末	1	蒜末	1
湯品	高麗菜	4	四神湯	3
	玉米粒(15K	7	四神	2
	胡蘿蔔	3	薏仁(小)	5
	生香菇	5	山藥削皮	20
	冷凍花椰菜	5		
營養分析	熱量(cal)	692.8	熱量(cal)	758.5
	粗蛋白(g)	28.7	粗蛋白(g)	30.5
	粗脂肪(g)	24	粗脂肪(g)	24.5
	碳水化合物	90.5	碳水化合物	104

營養師	午餐執行秘書	校長