

彰化縣福興鄉管嶼國民小學午餐食材總量表

單位:KG

日期	103年10月13日(一) 用餐人數:632			103年10月14日(二) 用餐人數:632			103年10月15日(三) 用餐人數:632			103年10月16日(四) 用餐人數:632			103年10月17日(五) 用餐人數:632				
主食	白米(學)			麥片		7	米食	白米(學)			五穀飯	白飯			白米(學)		
主菜	三杯鮑菇	30		豆絞肉	33		揚洲炒飯	洋蔥去皮	20		御膳魚排	御師傅魚排	660片		咖哩雞	棒腿丁	48
	洋蔥去皮	15		薯小丁	15			香腸片(台)	6			沙拉油-18L	2桶			洋蔥去皮	5
	杏鮑菇	4		肉燥	3			三色丁	12							胡蘿蔔	3
	蒜仁	.6		小豆干丁	13			培根絲	12							馬鈴薯去皮	10
	九層塔	1.2		蒜仁	.6			洗選蛋	6							咖哩粉	2包
	四方干	12						玉米粒(15K)	20							蒜末	1
								胡蘿蔔	4								
								紅蔥頭末	1.2								
								粗絞肉	6								
								蒜末	1.2								
副菜	玉米蒸蛋	32		西芹	30		五香滷蛋	白煮蛋	660個		鐵板豆腐	油腐丁	47		螞蟻上樹	冬粉(3K)	10
	胡蘿蔔	3		小芹	12			薑片	.6			絞肉	3			胡蘿蔔	3
	玉米粒(15K)	9		黑輪	3			蒜仁	.6			洋蔥去皮	12			高麗菜	20
	蒜仁	.6		洋蔥去皮	12			滷包	10PC			胡蘿蔔	3			黑木耳(朵)	3
	PP紙	50片		蒜末	.6							小磨坊粗黑	1包			絞肉	6
												蒜末	.6			十全辣豆瓣	1桶
																蒜末	.6
青菜	大陸妹菜	60		高麗菜	60		小白菜	小白菜	63		青江菜	青江菜	60		鵝白菜	鵝白菜	60
	蒜末	.6		蒜末	.6		薑絲	.6			蒜末	.6			蒜末	.6	
	妹菜			胡蘿蔔	2												
				黑木耳(朵)	1												
湯品	切紫菜(絲)	1.2		蘿蔔	白蘿蔔去皮	30	玉米濃湯	玉米粒(15K)	10		海芽味噌湯	味噌3K/箱(濕)	9		綠豆	綠豆	12
	盤裝豆腐	5盤		龍骨丁	6			馬鈴薯去皮	10			海帶芽	4		薏仁(小)	9	
	青蔥	1.2		薑絲	1			三色丁	3			大骨	3		二砂(散)50	18	
	薑絲	1.2						洗選蛋	6			洋蔥去皮	11				
								雀巢奶精	3								
								洋蔥去皮	10								
								火腿丁(立)	3								
水果											水果	632PC					
營養分析	熱量(cal)	709.26		熱量(cal)	698.4		熱量(cal)	744.34			熱量(cal)	733.08		熱量(cal)	766.21		
	粗蛋白(g)	25.03		粗蛋白(g)	22.91		粗蛋白(g)	27.58			粗蛋白(g)	22.79		粗蛋白(g)	32.41		
	粗脂肪(g)	20.51		粗脂肪(g)	29.79		粗脂肪(g)	28.05			粗脂肪(g)	19.99		粗脂肪(g)	18.92		
	碳水化合物	126.61		碳水化合物	105.23		碳水化合物	116.03			碳水化合物	137.12		碳水化合物	136.69		

營養師	午餐執行秘書	校長

