

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11月17日(一) 用餐人數:632		103年11月18日(二) 用餐人數:632		103年11月19日(三) 用餐人數:632		103年11月20日(四) 用餐人數:632		103年11月21日(五) 用餐人數:632				
主食	白米(學)		五穀米(學)		大麵羹(生)		糙米	5	白米(學)				
	白米飯		五穀米(不)	5		糙米飯				白米飯			
主菜	紅炸豆包(大)	660個	蠔油	棒腿丁	51	大麵羹(生)	48	蔥爆肉絲	洋蔥去皮	19	麻油雞	骨腿丁	48
	蒜末	.6	鮮菇雞	杏鮑菇	9	粗絞肉	12	豆薯去皮	39	米血丁	12	薑片	.6
				胡蘿蔔	3	碎脯(真空)	12	胡蘿蔔	6	福壽胡麻油	1桶	高麗菜	6
				薑片	.6	胡蘿蔔	6	青蔥	3	十全甜麵醬	2罐	胡蘿蔔	2
				蒜仁	.6	青蔥	3	冬蝦	.6	蒜末	.6		
						冬蝦	.6	乾香菇絲	.6				
						乾香菇絲	.6	綠豆芽	26				
						綠豆芽	26						
副菜	日式蒸蛋	38	洋芋燒海結	海帶結	20	香酥黑輪條	660條	蒲瓜什錦	蒲瓜去皮	45	家常豆腐	盤裝豆腐	10盤
	雙魚柴魚片	1包		豬肉丁	6			生香菇	6	生香菇	3		
	生香菇	6		馬鈴薯去皮	25			胡蘿蔔	5	三色丁	7		
	胡蘿蔔	2		胡蘿蔔	5			豬肉片	6	蒜末	.6		
				蒜仁	.6			蒜末	.6				
青菜	小白菜	63	菠菜	菠菜	65	大陸妹菜	63	青江菜	青江菜	63	芥藍菜	芥藍菜	63
	蒜末	.6	薑絲	薑絲	.6	蒜末	.6	蒜末	.6	蒜末	.6		
湯品	高麗菜	15	青木瓜去皮	青木瓜去皮	24	-		蘿蔔	白蘿蔔去皮	24	綠豆	綠豆	13
	鮑魚菇	9	龍骨丁	龍骨丁	6			龍骨丁	9	薏仁(小)	5		
	金絲菇	10	薑絲	薑絲	.6			香菜	.6	貳砂糖(包)	25包		
	味噌3K/箱(9											
水果			鮮奶	福樂北海道	632罐			水果	水果	632PC			
營養分析	熱量(cal)	700.79	熱量(cal)	673.69	熱量(cal)	725.02	熱量(cal)	674.65	熱量(cal)	688.7			
	粗蛋白(g)	45.11	粗蛋白(g)	36.62	粗蛋白(g)	29.66	粗蛋白(g)	28.74	粗蛋白(g)	29.9			
	粗脂肪(g)	25.76	粗脂肪(g)	20.12	粗脂肪(g)	28.79	粗脂肪(g)	14.83	粗脂肪(g)	16.63			
	碳水化合物	92.9	碳水化合物	106.39	碳水化合物	110.57	碳水化合物	129.02	碳水化合物	125.89			

營養師	午餐執行秘書	校長