2021/04/19 ~ 2021/04/23

客戶名稱:彰化縣線西鄉線西國民小學 延杰股份有限公司 電話:04-8815202

	主食	第一道	第二道	第三道	第四道
04/19 (一)午	**白米飯** 農糧米 74.04kg	**茄汁雞** 雞排丁 48kg 洋蔥(剝) 20kg 毛豆(A) 3kg 3.15K可果美蕃茄醬/桶 2罐	**滷蛋** 滷蛋 670pc 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc	**炒油菜** 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**海芽味噌湯** 乾海芽(kg) 0.6kg 味噌(kg) 6kg 柴魚片(包) 2包 蔥 1kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 33克 脂肪: 19克 醣類: 97克 熱量: 710卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 2.8份 蔬菜類: 1.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
04/20 (二)午	**五穀飯** 五穀米kg 6kg 農糧米 67.91kg	**蘿蔔滷肉** 肉丁(貴) 42kg 蘿蔔(清) 25kg 紅蘿蔔(學) 3kg 薑片(kg) 0.6kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**蠔油寬粉** 高麗菜(榮) 20kg 寬粉(kg) 10.8kg 粗絞肉(貴) 12kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蔥 1kg 6K工研素蠔油(桶) 1桶	**炒青江菜** 青江菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**針菇肉絲湯** 金針菇 10kg 肉絲(貴) 12kg 薑絲(kg) 0.6kg 油酥(包)學 2包
營養分析:蛋白質: 36.9克 脂肪: 24.5克 醣類: 119.5克 熱量: 868.5卡 全穀根莖類: 7.3份 豆魚肉蛋類: 2.9份 蔬菜類: 2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
04/21 (三)午	**白米飯** 農糧米 74.04kg	**無骨雞排** 60g無骨香雞排 660pc 18L福壽沙拉油 2桶	**家常豆腐** 非4.3k豆腐板榮 6板 洋蔥(剝) 10kg 絞肉(貴) 9kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蔥 1kg	**炒大陸妹** 大陸妹 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**結頭菜排骨湯** 結頭菜(清) 30kg 上排丁(貴) 6kg 香菜 0.3kg
營養分析:蛋白質: 32.6克 脂肪: 33.5克 醣類: 98.5克 熱量: 845卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 2.7份 蔬菜類: 1.7份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
04/22 (四)午	**胚芽飯** 福田胚芽米KG 6kg 農糧米 67.91kg	**滷肉燥** 絞肉(貴) 45kg 碎瓜(真空)3K 18kg 油酥(包)學 2包 香菇絲 0.3kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**刺瓜金針露** 刺瓜(清去籽) 45kg 金針菇 15kg 肉絲(貴) 6kg 紅蘿蔔(學) 2kg 蒜仁(kg) 1kg	**炒蚵仔白** 蚵白菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**關東煮湯** 蘿蔔(清) 10kg 玉米穗(段) 10kg 迷你貢丸(kg) 6kg 柴魚片(包) 2包
營養分析:蛋白質: 32克 脂肪: 23克 醣類: 97.5克 熱量: 744卡 全穀根莖類: 5.7份 豆魚肉蛋類: 2.6份 蔬菜類: 2.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
04/23 (五)午	**白米飯** 農糧米 74.04kg	**滷雞排** 雞塊(100g)彰鴻 660pc 蔥 1kg 薑片(kg) 0.6kg 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc	**洋芋四色** 洋芋(清) 25kg 台鳳玉米罐1/100 6罐 玉米三色 15kg 絞肉(貴) 9kg 蔥 1kg	**炒豆芽菜** 豆芽菜 56kg 濕木耳 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**蘿蔔湯** 蘿蔔(清) 30kg 軟骨丁(貴) 6kg 芹菜(上) 0.6kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 34.5克 脂肪: 23.5克 醣類: 113.5克 熱量: 824.5卡 全穀根莖類: 7.1份 豆魚肉蛋類: 2.7份 蔬菜類: 1.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					

營養師: 午餐秘書: 校長: