

2022/02/21 ~ 2022/02/25

客戶名稱:彰化縣線西鄉線西國民小學素食

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
02/21 (一)午	白米飯 農糧米	糖醋豆包 非60g炸豆包(kg)榮 2.5kg 紅椒 0.5kg 黃椒 0.5kg 九層塔 0.1kg	刺燒冬瓜 冬瓜(清去籽) 0kg 杏鮑菇c 0kg 皮絲(kg) 0.3kg 素烤鴨(kg) 0.6kg 紅蘿蔔(學) 0kg 薑片(kg) 0kg	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 0kg	海芽味噌湯 乾海芽(kg) 0kg 味噌(kg) 0kg 薑絲(kg) 0kg
營養分析:蛋白質: 27.5克 脂肪: 22.5克 醣類: 70克 熱量: 607.5卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 2.5份 蔬菜類: 2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
02/22 (二)午	燕麥飯 燕麥粒 農糧米	泡菜鮮菇 杏鮑菇c 1.5kg 金針菇 1kg 白精靈菇 1kg 素泡菜(罐)360g 1罐	三色豆腐 非4.3k豆腐板榮 0板 玉米三色 0kg	炒油菜 油菜(上) 0kg	南瓜排骨湯 金瓜(去籽) 0kg 素排骨酥(kg) 0.3kg 薑片(kg) 0kg
營養分析:蛋白質: 35.2克 脂肪: 21.5克 醣類: 87克 熱量: 701卡 全穀雜糧類: 5.3份 豆魚蛋肉類: 3.3份 蔬菜類: 1.5份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
02/23 (三)午	麵條 細白油麵	台式炒麵 白油麵-雅一 0kg 500g素火腿條 1條 高麗菜(榮) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 濕木耳 0kg 芹菜(清)去頭 0kg 白精靈菇 0.6kg 鴻喜菇KG(150g/包) 0.6kg	滷貢丸 素香菇貢丸(KG)26g 0.8kg	炒大陸妹 大陸妹 0kg	蛋花湯 蛋(kg)和記 0kg 芹菜(上) 0.2kg
營養分析:蛋白質: 25.3克 脂肪: 21.5克 醣類: 65克 熱量: 568.5卡 全穀雜糧類: 3.8份 豆魚蛋肉類: 2.3份 蔬菜類: 1.6份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
02/24 (四)午	紫米飯 黑糯米 農糧米	鮮菇燴菜捲 菜捲(pc) 23pc 金針菇 0.2kg 袖珍菇 0.2kg 濕木耳 0.2kg	加哩洋芋 洋芋(清) 0kg 素火腿丁(600g/包) 1包 紅蘿蔔(學) 0kg 豌豆仁 0kg 益壽多素食咖哩 1包	炒青江菜 青江菜(上) 0kg	蘿蔔玉米湯 蘿蔔(清) 0kg 玉米穗(段) 0kg 香菜 0kg
營養分析:蛋白質: 37.7克 脂肪: 28克 醣類: 90克 熱量: 782.5卡 全穀雜糧類: 5.5份 豆魚蛋肉類: 3.6份 蔬菜類: 1.5份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
02/25 (五)午	白米飯 農糧米	滷豆雞 豆雞(kg)彰南70g/pc 2kg 百頁豆腐(kg) 1kg	螞蟻上樹 高麗菜(上) 0kg 冬粉(kg) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 素碎肉(kg)台 粒 0.16kg	炒山萵蒿 山萵蒿 0kg	榨菜豆包湯 榨菜 0kg 豆包(kg)彰 0.5kg
營養分析:蛋白質: 34克 脂肪: 30.5克 醣類: 88克 熱量: 781卡 全穀雜糧類: 5.3份 豆魚蛋肉類: 3.1份 蔬菜類: 1.7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: