

# 2022/03/01 ~ 2022/03/04

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
03/01 (二)午	芝麻飯 熟黑芝麻 農糧米	香椿豆腸 炸豆腸(彰南) 1.3kg 素火腿(kg) 1kg 香椿素肉燥(罐)1斤 1罐	三元及第 結頭菜(清) 0kg 杏鮑菇c 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 香菜 0kg	炒豆芽菜 豆芽菜 0kg 濕木耳 0kg 芹菜(清)去頭 0.4kg	針菇肉絲湯 金針菇(學) 0kg 素羊肉(kg) 0.3kg
營養分析:蛋白質: 32.1克 脂肪: 31克 醣類: 72克 熱量: 712卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 3.1份 蔬菜類: 2.4份 油脂與堅果: 0.1份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/02 (三)午	煮粥 農糧米	皮蛋瘦肉粥 皮蛋 0pc 芹菜(清)去頭 0kg 玉米粒小(康) 0kg 豌豆仁 0kg 素火腿丁(600g/包) 1包	蒸蘿蔔糕 蘿蔔糕(kg) 3kg	炒山萵蒿 山萵蒿 0kg	滷黑豆干 非四分黑豆干kg榮 0kg
營養分析:蛋白質: 36克 脂肪: 24克 醣類: 68克 熱量: 649卡 全穀雜糧類: 4.2份 豆魚蛋肉類: 3.8份 蔬菜類: 1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/03 (四)午	五穀飯 五穀米 農糧米	香酥杏包菇 杏鮑菇c 3.5kg	塔香海茸 海茸(kg) 0kg 袖珍菇 0.5kg 九層塔 0kg 薑絲(kg) 0kg	炒油菜 油菜(上) 0kg	青菜豆腐湯 小白菜(上) 0kg 非4.3k豆腐板榮 0板
營養分析:蛋白質: 31.3克 脂肪: 32克 醣類: 77.5克 熱量: 740卡 全穀雜糧類: 4.5份 豆魚蛋肉類: 2.9份 蔬菜類: 2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/04 (五)午	白米飯 農糧米	麻油素腰花 素腰花(斤) 1.2kg 杏鮑菇c 1kg 濕香菇(學) 0.6kg 麻油猴頭菇1斤裝 2包	蕃茄炒蛋 蛋(kg)和記 0kg 全紅蕃茄 0kg 3.15K可果美蕃茄醬/桶 0罐 非4.3k豆腐板榮 0板	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 0kg	關東煮湯 蘿蔔(清) 0kg 玉米穗(段) 0kg 素丸(kg) 0.5kg 芹菜(清)去頭 0.1kg
營養分析:蛋白質: 33.8克 脂肪: 27克 醣類: 71克 熱量: 679卡 全穀雜糧類: 4.2份 豆魚蛋肉類: 3.4份 蔬菜類: 1.6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: