

2022/03/07 ~ 2022/03/11

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
03/07 (一)午	白米飯 農糧米 50kg	蠔油肉片 肉片(貴) 48kg 洋蔥(剝) 20kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg 6K萬家香素蠔油(桶) 1桶	魚板絲炒蛋 蛋(kg)和記 44kg 魚板絲 9kg	炒油菜 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	蘿蔔湯 蘿蔔(清) 24kg 上排丁(貴) 6kg 香菜 0.6kg
營養分析:蛋白質: 36.3克 脂肪: 34克 醣類: 68.5克 熱量: 742.5卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 3.8份 蔬菜類: 1.7份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/08 (二)午	燕麥飯 燕麥粒(kg) 6kg 農糧米 50kg	蔥油雞丁 雞排丁 62kg 蔥 2kg 薑片(kg) 0.6kg 蒜仁(kg) 0.6kg	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	炒山萵蒿 山萵蒿 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	虱目魚丸湯 (小)虱目魚丸(kg) 15kg 芹菜(清)去頭 1.8kg
營養分析:蛋白質: 34克 脂肪: 29.5克 醣類: 73.5克 熱量: 712.5卡 全穀雜糧類: 4.5份 豆魚蛋肉類: 3.4份 蔬菜類: 1.2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/09 (三)午	白米飯 農糧米 50kg	無骨雞排 60g無骨香雞排 640pc 18L福壽沙拉油 2桶	沙茶四寶 玉米粒QRC 20kg 絞肉(貴) 12kg 毛豆(A) 10kg 紅蘿蔔(清) 10kg 蔥 1kg 3K牛頭牌沙茶醬(桶) 1桶	炒豆芽菜 豆芽菜 56kg 濕木耳 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg	南瓜排骨湯 金瓜(去籽) 30kg 立大龍骨丁 6kg 薑片(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 28.6克 脂肪: 30克 醣類: 80.5克 熱量: 722.5卡 全穀雜糧類: 5份 豆魚蛋肉類: 2.5份 蔬菜類: 1.1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/10 (四)午	五穀飯 五穀米kg 6kg 農糧米 50kg	香酥魚丁 沙魚丁CAS 80kg 18L福壽沙拉油 2桶 1#香辣黑胡椒鹽(1斤) 1包	加哩洋芋 洋芋(清) 35kg 粗絞肉(貴) 6kg 紅蘿蔔(學) 6kg 洋蔥(剝) 6kg 蒜仁(kg) 1.2kg 2#小磨坊咖哩粉(包) 1包	炒菠菜 菠菜(上) 68kg 蒜仁(kg) 1.2kg	蕃茄蛋花湯 蕃茄(上) 12kg 蛋(kg)和記 12kg 上排丁(貴) 6kg
營養分析:蛋白質: 43.2克 脂肪: 40克 醣類: 84克 熱量: 889.5卡 全穀雜糧類: 5.1份 豆魚蛋肉類: 4.5份 蔬菜類: 1.5份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/11 (五)午	白米飯 農糧米 50kg	滷肉燥 絞肉(貴) 51kg 碎瓜(真空)3K 15kg 油酥(包)學 2包 香菇絲 0.6kg 蒜仁(kg) 1.2kg	鮮菇高麗菜 高麗菜(對剖去心) 48kg 杏鮑菇cQRC 6kg 袖珍菇 3kg 濕木耳 3kg 紅蘿蔔(清) 3kg 蒜仁(kg) 1.2kg	炒青江菜 青江菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	味噌湯 味噌(kg) 6kg 非4.3k豆腐板榮 5板 蔥 1kg 柴魚片(包) 2包
營養分析:蛋白質: 30克 脂肪: 24克 醣類: 72克 熱量: 640卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 2.8份 蔬菜類: 2.4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: