

2022/03/14 ~ 2022/03/18

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
03/14 (一)午	白米飯 農糧米 50kg	蠔油雞塊 雞塊(100g)彰鴻 640pc 薑片(kg) 0.6kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 0.6kg 6K萬家香素蠔油(桶) 1桶	田園四色 玉米粒QRC 20kg 絞肉(貴) 9kg 紅蘿蔔(清) 10kg 毛豆(A) 10kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg	炒高麗菜 高麗菜(對剖去心) 60kg 濕木耳 1kg 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: 32.2克 脂肪: 25.5克 醣類: 74.5克 熱量: 673卡 全穀雜糧類: 4.4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					
03/15 (二)午	胚芽飯 福田胚芽米KG 6.02kg 農糧米 50kg	蘿蔔滷肉 肉丁(貴) 48kg 蘿蔔(清) 20kg 紅蘿蔔(清) 3kg 薑片(kg) 0.6kg 蒜仁(kg) 1.2kg	花開富貴 CAS青花菜(冷凍) 45kg 杏鮑菇QRC 9kg 肉絲(貴) 9kg 濕木耳 3kg 紅蘿蔔(清) 3kg 蒜仁(kg) 1.2kg	炒豆芽菜 豆芽菜 56kg 濕木耳 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg	青蔥蛋花湯 蛋(kg)和記 18kg 蔥 1.2kg
營養分析:蛋白質: 32克 脂肪: 25.5克 醣類: 71.5克 熱量: 660卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 3.1份 蔬菜類: 2.3份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/16 (三)午	白米飯 農糧米 50kg	肉羹 蒜仁(kg) 1.8kg 芹菜(清)去頭 1kg 油酥(包)學 2包 蔥 1.2kg 高麗菜(對剖去心) 30kg 冬蝦 0.6kg 香菇絲 0.6kg 紅蘿蔔(清) 3kg 金針菇(學)QRC 10kg 肉絲(貴) 21kg	奶皇包 32g奶皇包(奇美)pc 660pc	炒山萵蒿 山萵蒿 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	紅燒油豆腐 非55g四角油腐pc榮 660pc 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc
營養分析:蛋白質: 20.6克 脂肪: 11克 醣類: 87克 熱量: 544卡 全穀雜糧類: 5.2份 豆魚蛋肉類: 1.2份 蔬菜類: 1.8份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/17 (四)午	五穀飯 五穀米kg 6kg 農糧米 50kg	酥炸魷魚排 魷魚排60g(CAS) 640pc 18L福壽沙拉油 2桶 1#香辣黑胡椒鹽(1斤) 1包	沙茶豆腐煲 非4.3k豆腐板榮 9板 洋蔥(剝) 10kg 絞肉(貴) 9kg 紅蘿蔔(清) 3kg 蒜仁(kg) 1.2kg 蔥 1kg 3K牛頭牌沙茶醬(桶) 1桶	炒油菜 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	海芽魚脯湯 乾海芽(kg) 0.6kg 小魚脯 1kg 柴魚片(包) 2包 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 30.6克 脂肪: 27克 醣類: 74克 熱量: 677.5卡 全穀雜糧類: 4.5份 豆魚蛋肉類: 2.9份 蔬菜類: 1.3份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/18 (五)午	白米飯 農糧米 50kg	蠔油雞丁 雞排丁 62kg 薑片(kg) 0.6kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg 6K萬家香素蠔油(桶) 1桶	雙色滑蛋 蛋(kg)和記 40kg 玉米粒QRC 10kg 毛豆(A) 3kg 蔥 1kg	炒菠菜 菠菜(上) 68kg 蒜仁(kg) 1.2kg	仙草蜜 5K仙草(1/50)榮 15桶 白糖1K二砂包 16包
營養分析:蛋白質: 32.1克 脂肪: 26克 醣類: 70克 熱量: 658.5卡 全穀雜糧類: 4.3份 豆魚蛋肉類: 3.2份 蔬菜類: 1.1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: