

2022/03/14 ~ 2022/03/18

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
03/14 (一)午	白米飯 農糧米	三杯百頁 百頁豆腐(kg) 3kg 九層塔 0kg 薑片(kg) 0kg	田園四色 玉米粒QRC 0kg 素火腿丁(600g/包) 1包 紅蘿蔔(學) 0kg 毛豆(A) 0kg	炒高麗菜 高麗菜(上) 0kg 濕木耳 0kg	結頭菜湯 結頭菜(清) 0kg 豆皮(kg) 0.2kg 芹菜(清) 0.2kg
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 農糧米	泡菜鮮菇 袖珍菇 0.8kg 鴻喜菇KG(150g/包) 0.9kg 白精靈菇 0.8kg 濕木耳 0.3kg 素泡菜(罐)360g 1罐	花開富貴 CAS青花菜(冷凍) 0kg 香菇素肉粿kg 1kg 杏鮑菇c 0kg 濕木耳 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg	炒豆芽菜 豆芽菜 0kg 濕木耳 0kg 芹菜(清)去頭 0.4kg	蛋花湯 蛋(kg)和記 0kg 金針菇 0.3kg
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	素羹飯 高麗菜(上) 0kg 香菇素肉粿kg 1.5kg 皮絲(kg) 0.2kg 金針菇 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 香菇絲 0kg 芹菜(上) 0kg	奶皇包 32g奶皇包(奇美)pc 0pc	炒山萵蒿 山萵蒿 0kg	紅燒油豆腐 非42g四角油腐pc 0pc 小磨坊萬用滷包(10入) 0pc
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 農糧米	地瓜薯條 地瓜薯條 3.5kg	沙茶豆腐煲 非4.3k豆腐板菜 0板 金針菇(學) 0.5kg 豆皮(kg) 0.5kg 紅蘿蔔(學) 0kg 260g愛之味素沙茶醬箱 1罐	炒油菜 油菜(上) 0kg	海芽袖珍湯 乾海芽(kg) 0kg 袖珍菇 0.6kg 薑絲(kg) 0kg
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	藥膳猴頭菇 麻油猴頭菇1斤裝 2包 白精靈菇 0.6kg 鴻喜菇KG(150g/包) 0.6kg 袖珍菇 0.6kg	雙色滑蛋 蛋(kg)和記 0kg 玉米粒QRC 0kg 毛豆(A) 0kg	炒菠菜 菠菜(上) 0kg	仙草蜜 5K仙草(1/50)榮 0桶
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: