2022/05/02 ~ 2022/05/06

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
05/02 (一)午	**白米飯** 農糧米 50kg	**醬爆肉片** 肉片(貴) 45kg 洋蔥(剝) 25kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**塔香海茸** 海茸(kg) 48kg 肉絲(貴) 9kg 九層塔 0.6kg 薑絲(kg) 1.2kg	**炒蚵仔白** 蚵白菜(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: 30.5克 脂肪: 29.5克 醣類: 71克 熱量: 687.5卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 2.9份 蔬菜類: 2.2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/03 (二)午	**糙米飯** 糙米 6kg 農糧米 50kg	**滷雞排** 雞塊(100g)上福 650pc 蔥 1kg 薑片(kg) 0.6kg 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc	**絲瓜金針露** 絲瓜(清) 63kg 金針菇(學) 10kg 肉絲(貴) 6kg 紅蘿蔔(學) 5kg 蝦米 0.6kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**炒大陸妹** 大陸妹 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**綠豆地瓜湯** 綠豆(kg) 20kg 地瓜(清) 20kg 台糖1K二砂包 16包
營養分析:蛋白質: 32.7克 脂肪: 22.5克 醣類: 108克 熱量: 785.5卡 全穀雜糧類: 6.4份 豆魚蛋肉類: 2.5份 蔬菜類: 2.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/04 (三)午	**煮粥** 農糧米 50kg	**皮蛋瘦肉粥** 皮蛋 130pc 絞肉(貴) 24kg 芹菜(清)去頭 2kg 3K台鳳玉米罐1/100 4罐 玉米三色cas 6kg 蒜仁(kg) 1.2kg 蛋(kg)和記 12kg	**炸紅豆麻糬燒** 紅豆麻糬燒(pc) 660pc	**炒莧菜** 莧菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**肉包子** 30g醬燒肉包(桂冠)pc 650pc
營養分析:蛋白質: 27.7克 脂肪: 19.5克 醣類: 105.5克 熱量: 726.5卡 全穀雜糧類: 6.7份 豆魚蛋肉類: 1.9份 蔬菜類: 1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/05 (四)午	**五穀飯** 五穀米kg 6kg 農糧米 50kg	**清蒸魚** 水鯊片6/7 670pc 薑絲(kg) 1.2kg 蔥 1kg 6K萬家香素蠔油(桶) 1桶	**菇絲玉葉** 大白菜(剖去心) 55kg 金針菇(學)QRC 10kg 紅蘿蔔(清) 3kg 乾木耳絲(kg) 0.3kg 豆皮(kg) 3.6kg 冬蝦 0.3kg	**炒油菜** 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**南瓜排骨湯** 金瓜(去籽) 30kg 上排丁(貴) 6kg 薑片(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 38.4克 脂肪: 28.5克 醣類: 88克 熱量: 782卡 全穀雜糧類: 5.1份 豆魚蛋肉類: 3.7份 蔬菜類: 2.3份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/06 (五)午	**白米飯** 農糧米 50kg	**蠔油雞丁** 雞翅丁 64kg 薑片(kg) 0.6kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg 6K萬家香素蠔油(桶) 1桶	**聰明鮪魚蛋** 1.8k鮪魚罐1/100 3罐 洋蔥(剝) 20kg 蛋(kg)和記 40kg 紅蘿蔔(清) 2kg 蔥 1kg	**炒青江菜** 青江菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**榨菜肉絲湯** 淡榨菜(真空) 9kg 肉絲(貴) 12kg 薑絲(kg) 0.6kg 油酥(包)學 2包
營養分析:蛋白質: 46.5克 脂肪: 36.5克 醣類: 67克 熱量: 802.5卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 5.3份 蔬菜類: 1.4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: