2022/05/02 ~ 2022/05/06

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
05/02 (一)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	塔香海茸 海茸(kg) 0kg 袖珍菇 0.5kg 九層塔 0kg 薑絲(kg) 0kg	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 0kg	味噌湯 味噌(kg) 0kg 非4.3k豆腐板榮 0板
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 農糧米	糖醋豆包 非60g炸豆包(kg)榮 2.5kg 紅椒 0.5kg 黃椒 0.5kg 九層塔 0.1kg	絲瓜金針露 絲瓜(清) 0kg 金針菇 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg	炒大陸妹 大陸妹 0kg	綠豆地瓜湯 綠豆(kg) 0kg 地瓜(清) 0kg
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	皮蛋瘦肉粥 皮蛋 0pc 芹菜(清)去頭 0kg 玉米粒小(康) 0kg 玉米三色cas 0kg 素火腿丁(600g/包) 1包	炸紅豆麻糬燒 紅豆麻糬燒(pc) 0pc	炒莧菜 莧菜(上) 0kg	芝麻包 小芝麻包(龍)30g40入 23pc
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 農糧米	藥膳豆筍 豆筍(kg) 1.5kg 杏鮑菇小A 1kg 十全藥包(1/100) 1包	菇絲玉葉 大白菜(剖去心) 0kg 金針菇(學)QRC 0kg 紅蘿蔔(清) 0kg 乾木耳絲(kg) 0kg 豆皮(kg) 0kg	炒油菜 油菜(上) 0kg	南瓜排骨湯 金瓜(去籽) 0kg 素排骨酥(kg) 0.3kg 薑片(kg) 0kg
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	回鍋豆干片 非豆干片(kg)榮 1.5kg 白精靈菇 1kg 黃椒 0.5kg 紅椒 0.5kg 1L萬家香素蠔油 1罐	蔬菜炒蛋 蛋(kg)和記 0kg 高麗菜(對剖去心) 1kg 台鳳玉米罐340g 1罐 紅蘿蔔(清) 0kg	炒青江菜 青江菜(上) 0kg	榨菜肉絲湯 榨菜 0kg 素肉絲(kg) 0.2kg
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: