2022/05/09 ~ 2022/05/13

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
05/09 (一)午	**白米飯** 農糧米 50kg	**油豆腐滷肉** 肉丁(貴) 45kg 非油豆腐丁榮 15kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**黃瓜鮮燴** 刺瓜(清) 40kg 金針菇(學)QRC 6kg 肉絲(貴) 12kg 紅蘿蔔(清) 3kg 蒜仁(kg) 1.2kg 薑片(kg) 0.6kg	**炒空心菜** 空心菜(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: 30.8克 脂肪: 20克 醣類: 69克 熱量: 595卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 3份 蔬菜類: 1.8份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/10 (二)午	**糙米飯** 糙米 6kg 農糧米 50kg	**乾蔥豆鼓雞** 雞翅丁 62kg 豆鼓(kg) 0.6kg 薑片(kg) 0.6kg 蔥 1kg	**海帶三絲** 海帶絲(kg) 25kg 非切細白豆干絲kg榮 12kg 肉絲(貴) 9kg 紅蘿蔔(清) 3kg 蔥 1kg	**炒蚵仔白** 蚵白菜(上) 60kg 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: 45.5克 脂肪: 40克 醣類: 75克 熱量: 862.5卡 全穀雜糧類: 4.5份 豆魚蛋肉類: 5份 蔬菜類: 1.5份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/11 (三)午	**紅麵線** 紅麵線(kg) 15kg	**麵線糊** 紅麵線(kg) 15kg 肉絲(貴) 24kg 大白菜(剖去心) 25kg 蛋(kg)和記 10kg 紅蘿蔔(清) 3kg 濕木耳 3kg 金針菇(學)QRC 10kg 油酥(包)學 2包 蒜泥kg 1.8kg 冬蝦 0.6kg	**滷黑豆干** 非四分黑豆干kg榮 38kg 蔥 1kg 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc	**炒青江菜** 青江菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**奶皇包** 32g奶皇包(奇美)pc 670pc
營養分析:蛋白質: 28.4克 脂肪: 21克 醣類: 41克 熱量: 479卡 全穀雜糧類: 2.2份 豆魚蛋肉類: 3.2份 蔬菜類: 1.6份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/12 (四)午	**紫米飯** 黑糯米(kg) 6kg 農糧米 49.92kg	**酥炸魷魚排** 魷魚排60g(CAS) 650pc 18L福壽沙拉油 2桶 1#香辣黑胡椒鹽(1斤) 1包	**沙茶高麗菜** 高麗菜(對剖去心) 42kg 肉片(貴) 9kg 杏鮑菇cQRC 3kg 細美力菇QRC 3kg 紅蘿蔔(片) 3kg 3K牛頭牌沙茶醬(桶) 1桶 蒜仁(kg) 1.2kg	**炒莧菜** 莧菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**針菇肉絲湯** 金針菇(學)QRC 10kg 肉絲(貴) 12kg 薑絲(kg) 0.6kg 油酥(包)學 2包
營養分析:蛋白質: 28.7克 脂肪: 30克 醣類: 78.5克 熱量: 715卡 全穀雜糧類: 4.5份 豆魚蛋肉類: 2.5份 蔬菜類: 2.2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/13 (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	**滷蛋** 滷蛋 670pc 小磨坊萬用滷包(10入) 0pc	**炒油菜** 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	**芹香貢丸湯** 小貢丸 15kg 芹菜(清)去頭 1.5kg
營養分析:蛋白質: 37.2克 脂肪: 25克 醣類: 66克 熱量: 655卡 全穀雜糧類: 4份 豆魚蛋肉類: 4份 蔬菜類: 1.2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: