

2020/03/09 ~ 2020/03/13

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
03/09 (一)午	白米飯 農糧米 76.2kg	滷雞翅 雞翅(85g) 630pc 蔥 1kg 薑片(kg) 0.6kg 小磨坊萬用滷包(10入) 8pc	醬爆干片 西芹 33kg 非豆干片(kg) 12kg 肉絲(貴) 12kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蒜仁(kg) 1.2kg	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	綠豆湯 綠豆(kg) 30kg 台糖1K二砂包 16包
營養分析:蛋白質: 46.4克 脂肪: 30.5克 醣類: 128克 熱量: 998卡 全穀根莖類: 7.9份 豆魚肉蛋類: 4.1份 蔬菜類: 1.9份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/10 (二)午	薏仁飯 小薏仁(kg) 6kg 農糧米 69.89kg	香菇肉燥 絞肉(貴) 42kg 碎瓜(真空)3K 18kg 香菇絲 0.3kg 蒜仁(kg) 1.2kg 油酥(包)學 2包	雙色滑蛋 蛋(kg)和記 40kg 玉米粒 10kg 毛豆(A) 3kg 蔥 1kg	炒油菜 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	海芽味噌湯 乾海芽(kg) 0.6kg 味噌(kg) 6kg 柴魚片(包) 2包 蔥 1kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 36.9克 脂肪: 26.5克 醣類: 100克 熱量: 806.5卡 全穀根莖類: 6.2份 豆魚肉蛋類: 3.3份 蔬菜類: 1.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/11 (三)午	南瓜叻仔粥 金瓜 29kg 叻仔脯 3kg 肉絲(貴) 18kg 香菇絲 0.6kg 高麗菜(菜) 20kg 紅蘿蔔(學) 3kg 芹菜(上) 3kg 蔥 1kg 農糧米 50.8kg	肉包子 鮮肉包(龍)30入 635pc	炒山萵蒿 山萵蒿 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	紅燒油豆腐 非四角油腐pc 635pc 小磨坊萬用滷包(10入) 8pc	
營養分析:蛋白質: 31克 脂肪: 16.5克 醣類: 108.5克 熱量: 726卡 全穀根莖類: 6.8份 豆魚肉蛋類: 2.3份 蔬菜類: 1.3份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/12 (四)午	胚芽飯 福田胚芽米KG 6kg 農糧米 69.89kg	香酥魚排 鱈魚排(學)60g 630pc 18L福壽沙拉油 2桶 1#香辣黑胡椒鹽(1斤) 1包	砂鍋白菜滷 大白菜(上) 48kg 豆皮(kg) 3.6kg 紅蘿蔔(學) 3kg 濕木耳 3kg 肉絲(貴) 12kg 冬蝦 0.6kg 蔥 2kg	炒菠菜 菠菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	冬瓜魚丸湯 冬瓜(清去籽) 20kg 迷你脆丸(kg) 6kg 軟骨丁(貴) 6kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 35.5克 脂肪: 33.5克 醣類: 93克 熱量: 835卡 全穀根莖類: 5.5份 豆魚肉蛋類: 3.2份 蔬菜類: 2.1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
03/13 (五)午	白米飯 農糧米 76.2kg	蔥爆雞丁 雞翅丁 58kg 蔥 2kg 蒜仁(kg) 1.2kg	螞蟻上樹 高麗菜(上) 38kg 冬粉(kg) 12kg 紅蘿蔔(學) 3kg 粗絞肉(貴) 6kg 蒜仁(kg) 1.2kg 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
營養分析:蛋白質: 62.4克 脂肪: 48克 醣類: 117.5克 熱量: 1181卡 全穀根莖類: 7.3份 豆魚肉蛋類: 6.6份 蔬菜類: 1.6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: