

2021/05/03 ~ 2021/05/08

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
05/03 (一)午	白米飯 農糧米 74.04kg	洋芋燒肉 肉丁(貴) 45kg 洋芋(清) 20kg 蒜仁(kg) 1.2kg 蔥 1kg 薑片(kg) 0.6kg	家常豆腐 非4.3k豆腐板榮 6板 洋蔥(剝) 10kg 絞肉(貴) 9kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蔥 1kg	炒青江菜 青江菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	針菇肉絲湯 金針菇 10kg 肉絲(貴) 12kg 薑絲(kg) 0.6kg 油酥(包)學 1包
營養分析:蛋白質: 38.7克 脂肪: 30克 醣類: 103克 熱量: 858卡 全穀根莖類: 6.4份 豆魚肉蛋類: 3.5份 蔬菜類: 1.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/04 (二)午	糙米飯 糙米 6kg 農糧米 67.91kg	蘿蔔燒雞 雞排丁(學) 48kg 蘿蔔(清) 20kg 紅蘿蔔(學) 3kg 薑片(kg) 0.6kg 蒜仁(kg) 1.2kg	滷蛋 滷蛋 670pc 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc	炒空心菜 空心菜(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: 32.3克 脂肪: 18.5克 醣類: 97克 熱量: 702.5卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 2.7份 蔬菜類: 1.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/05 (三)午	紅麵線 紅麵線(kg) 15kg	麵線糊 肉絲(貴) 24kg 大白菜(剖去心) 25kg 蛋(kg)和記 10kg 紅蘿蔔(學) 3kg 濕木耳 3kg 金針菇 10kg 油酥(包)學 2包 蒜泥kg 1.8kg 冬蝦 0.6kg	蒸銀絲捲 短銀絲捲(龍)PC 670pc	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	紅燒油豆腐 非四角油豆腐pc榮 670pc 小磨坊萬用滷包(10入) 5pc
營養分析:蛋白質: 24.4克 脂肪: 18克 醣類: 42.5克 熱量: 441卡 全穀根莖類: 2.3份 豆魚肉蛋類: 2.6份 蔬菜類: 1.6份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/06 (四)午	五穀飯 五穀米kg 6kg 農糧米 67.91kg	清蒸魚 水鯊片6/7 670pc 豆鼓(kg) 1.2kg 薑絲(kg) 1.2kg 蔥 1kg	胡瓜金針露 胡瓜(清) 45kg 金針菇 15kg 肉絲(貴) 6kg 紅蘿蔔(學) 2kg 蒜仁(kg) 1.2kg	炒油菜 油菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	蕃茄蛋花湯 全紅蕃茄 12kg 蛋(kg)和記 12kg 上排丁(貴) 6kg
營養分析:蛋白質: 41.5克 脂肪: 29.5克 醣類: 101克 熱量: 857.5卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 3.9份 蔬菜類: 2.2份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/07 (五)午	白米飯 農糧米 74.04kg	回鍋肉 肉片(貴) 45kg 非豆干片(kg)榮 24kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg 6K萬家香素蠔油(桶) 1桶	塔香海茸 海茸(kg) 48kg 肉絲(貴) 9kg 九層塔 0.6kg 薑絲(kg) 1.2kg	炒莧菜 莧菜(上) 60kg 蒜仁(kg) 1.2kg	冬瓜排骨湯 冬瓜(清去籽) 30kg 上排丁(貴) 6kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 40.2克 脂肪: 33.5克 醣類: 101.5克 熱量: 890卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 3.7份 蔬菜類: 2.3份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/08 (六)午	粽子 肉粽(180g)禾之鄉 660pc	香酥雞排 無骨香雞排100g 660pc 18L福壽沙拉油 1桶 1#香辣黑胡椒鹽(1斤) 1包	檸檬愛玉 5K愛玉(1/50)盒榮 16桶 檸檬(kg) 3kg 台糖1K二砂包 18包		
營養分析:蛋白質: 29.5克 脂肪: 20克 醣類: 90克 熱量: 675卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 2.5份 蔬菜類: 0份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: / 1頁 0份					

營養師:

午餐秘書:

校長: