

2020/05/18 ~ 2020/05/22

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
05/18 (一)午	白米飯 農糧米 76.2kg	香菇肉燥 絞肉(貴) 45kg 碎瓜(真空)3K 18kg 香菇絲 0.3kg 蒜仁(kg) 1.2kg 油酥(包)學 2包	洋蔥炒蛋 蛋(kg)和記 42kg 洋蔥(剝) 25kg 紅蘿蔔(學) 2kg 蔥 1kg	炒空心菜 空心菜(上) 62kg 蒜仁(kg) 1.2kg	刺瓜湯 刺瓜(清去籽) 25kg 軟骨丁(貴) 6kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 37.9克 脂肪: 27克 醣類: 100.5克 熱量: 817.5卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 3.4份 蔬菜類: 2.1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/19 (二)午	薏仁飯 小薏仁(kg) 6kg 農糧米 69.89kg	滷雞腿 雞腿(立達5支斤) 670pc 蔥 1kg 薑片(kg) 0.6kg 小磨坊萬用滷包(10入) 8pc	洋芋四色 洋芋(清) 25kg 台鳳玉米罐1/100 6罐 玉米三色 15kg 絞肉(貴) 9kg 蔥 1kg	炒青江菜 青江菜(上) 62kg 蒜仁(kg) 1.2kg	海芽味噌豆腐湯 乾海芽(kg) 0.6kg 非4.3k豆腐板榮 3板 味噌(kg) 6kg 柴魚片(包) 1包 蔥 0.6kg 薑絲(kg) 0.6kg
營養分析:蛋白質: 37.5克 脂肪: 26克 醣類: 110.5克 熱量: 847.5卡 全穀根莖類: 7份 豆魚肉蛋類: 3.2份 蔬菜類: 1.1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/20 (三)午	日式拉麵 台式拉麵(雅一) 105kg 肉片(貴) 33kg 乾海芽(kg) 1kg 金針菇(學) 15kg 魚板(kg)-A 15kg 味噌(kg) 6kg 蔥 1kg	芝麻包 小芝麻包(龍)30g 670pc	燙青菜 小蘿蔓菜 62kg 蒜仁(kg) 1.2kg	滷蛋 滷蛋 670pc 小磨坊萬用滷包(10入) 8pc	
營養分析:蛋白質: 36.4克 脂肪: 14克 醣類: 122.5克 熱量: 784卡 全穀根莖類: 7.7份 豆魚肉蛋類: 2.8份 蔬菜類: 1.4份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/21 (四)午	五穀飯 五穀米kg 6kg 農糧米 69.89kg	香酥魚排 鮭魚排60g 670pc 18L福壽沙拉油 2桶 1#香辣黑胡椒鹽(1斤) 1包	蔥燒豆腐 非4.3k豆腐板榮 7板 絞肉(貴) 9kg 紅蘿蔔(學) 3kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 0.6kg	炒油菜 油菜(上) 62kg 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: 32.7克 脂肪: 31.5克 醣類: 95.5克 熱量: 815卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 2.8份 蔬菜類: 1.1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
05/22 (五)午	白米飯 農糧米 76.2kg	三杯雞 雞翅丁 60kg 九層塔 0.6kg 薑片(kg) 0.6kg 蒜仁(kg) 1.2kg	芹香帶絲 海帶絲(kg) 40kg 肉絲(貴) 12kg 芹菜(清)去頭 6kg 紅蘿蔔(學) 6kg 薑絲(kg) 0.6kg 蔥 1kg 蒜仁(kg) 1.2kg	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 62kg 蒜仁(kg) 1.2kg	胡瓜湯 胡瓜(清) 30kg 軟骨丁(貴) 6kg 蔥 1kg
營養分析:蛋白質: 46.5克 脂肪: 33克 醣類: 101.5克 熱量: 912.5卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 4.6份 蔬菜類: 2.3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: