

2020/06/29 ~ 2020/07/03

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

日期	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道
06/29 (一)午	白米飯 農糧米	蠔油鮮菇 杏鮑菇c 1.5kg 大袖珍菇 1kg 濕香菇(學) 1kg 芹菜(上) 0.3kg 6K工研素蠔油(桶) 0桶	蒸豆腐 非55g四角油腐pc榮 30pc	炒油菜 油菜(上) 0kg	蘿蔔湯 蘿蔔(清) 0kg 豆皮(kg) 0.2kg
營養分析:蛋白質: 29.3克 脂肪: 21克 醣類: 100克 熱量: 724.5卡 全穀根莖類: 6.1份 豆魚肉蛋類: 2.2份 蔬菜類: 1.7份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
06/30 (二)午	糙米飯 糙米 6kg 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 0.6kg	魚板炒蛋 蛋(kg)和記 0kg 素魚板(kg) 0.3kg	炒莧菜 莧菜(上) 0kg	榨菜肉絲湯 榨菜 0kg 素肉絲(kg) 0.2kg
營養分析:蛋白質: 55.5克 脂肪: 39.5克 醣類: 104克 熱量: 1019.5卡 全穀根莖類: 6.6份 豆魚肉蛋類: 5.9份 蔬菜類: 1份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
07/01 (三)午	素羹飯 高麗菜(上) 0kg 香菇素肉粳kg 2kg 皮絲(kg) 0.2kg 金針菇 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 香菇絲 0kg 芹菜(上) 0kg 農糧米 0kg	滷貢丸 素香菇貢丸(KG)26g 1kg	炒空心菜 空心菜(上) 0kg	奶皇包 小奶皇包(龍)30g 25pc	
營養分析:蛋白質: 29.2克 脂肪: 14.5克 醣類: 115克 熱量: 727卡 全穀根莖類: 7.1份 豆魚肉蛋類: 1.9份 蔬菜類: 1.7份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
07/02 (四)午	五穀飯 五穀米kg 農糧米	香酥魚 海苔素魚(pc) 25pc	加哩洋芋 洋芋(清) 0kg 素火腿丁(600g/包) 1包 紅蘿蔔(學) 0kg 豌豆仁 0kg 益壽多素食咖哩(10/箱) 1包	炒青江菜 青江菜(上) 0kg	素丸湯 素丸(kg) 0.6kg 素羊肉(kg) 0.6kg 薑絲(kg) 0.1kg
營養分析:蛋白質: 25.9克 脂肪: 25.5克 醣類: 107克 熱量: 779卡 全穀根莖類: 6.7份 豆魚肉蛋類: 1.6份 蔬菜類: 1.3份 油脂與堅果: 0份 水果: 0份 乳品: 0份					
07/03 (五)午	白米飯 農糧米	紅燒素雞排 素香雞排(慈)60g 25pc	素鴨炒高麗菜 高麗菜(上) 0kg 素烤鴨(kg) 1kg 細美力菇 0kg	炒蚵仔白 蚵白菜(上) 0kg	綠豆湯 綠豆(kg) 0kg
營養分析:蛋白質: 31.4克 脂肪: 27克 醣類: 99.5克 熱量: 785.5卡 全穀根莖類: 6份 豆魚肉蛋類: 2.5份 蔬菜類: 1.9份 油脂與堅果: 0.9份 水果: 0份 乳品: 0份					

營養師:

午餐秘書:

校長: