

09月第二週菜單明細(延杰股份有限公司提供)

日期	主食	備註	主菜	備註	副菜	備註	副菜	備註	副菜	備註	湯	備註	水果	營養分析	食物類別	份數	客戶名稱:彰藝素							
9月8日星期一	五穀飯	蒸	炸豬排	炸	麻婆豆腐	炒	蕃茄炒蛋	炒	炒有機蚵白菜	炒	珍菇湯	煮		醃類:	主食類	6		主食	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道	第六道
	五穀米kg 粳米平均值	40 80	香里肉排60g 18L福慧益康沙拉油 地瓜粉(20K/袋)	1	非4.3k豆腐板菜 香里粗絞肉 3K十全下辣豆腐醬(6罐/箱)	豆 3.2	CAS洗選蛋(kg) 切角蕃茄醬1/80 3.3K可果美蕃茄醬(桶)	59.5 1	有機蔬菜(清)	70	金針菇 紅蘿蔔(綠) 大白菜(清) 乾木耳絲(kg) 大骨(香里)	15 5.3 16 0.3 6.3		98 脂肪: 28 蛋白質: 35.3 熱量: 785.2	豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	3.1 1.6 2.5 0 0	09/08 (一)午 五穀米kg 0kg 粳米平均值 0kg	酥炸杏包菇 1.4kg 地瓜(清) 1.4kg 腰果 0.15kg	麻婆豆腐素 0板 非4.3k豆腐板菜 0板 素肉燥(180g/包) 1包 秋葵 0.2kg	CAS洗選蛋(kg) 0kg 切角蕃茄醬1/80 0罐	炒有機蚵白菜素 金針菇 0kg 紅蘿蔔(綠) 0kg 大白菜(清) 0kg 乾木耳絲(kg) 0kg	珍菇湯素 水果 35份		
																	營養量:蛋白質: 24克 脂肪: 26克 醃類: 99克 熱量: 728卡							
9月9日星期二	糙米飯	蒸	三杯雞塊	煮	螞蟻上樹	炒	鮮菇花椰	炒	炒有機黑葉白菜	炒	冬瓜雞湯	煮		醃類:	主食類	6	09/09 (二)午	糙米飯 糙米 0kg 粳米平均值 0kg	蒸三色蛋 蛋(kg)和記 1.7kg 皮蛋 4pc 鹹蛋 4pc pc素故鄉肉排 3pc	高麗菜(綠) 0kg 冬粉(kg) 0kg 素肉燥(180g/包) 1包 紅蘿蔔(綠) 0kg	CAS青花菜(冷凍) 0kg 大袖珍菇 0kg 紅蘿蔔(片) 0kg	炒有機黑葉白菜素 有機蔬菜(清) 0kg	冬瓜湯素 冬瓜(大丁) 0kg 豆皮(kg) 0.2kg	花生麵筋素 熟花生 0.2kg 麵筋泡(Kg) 0.7kg
														101.5 脂肪: 26.5 蛋白質: 34.6 熱量: 782.9	豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	2.9 2.3 2.4 0 0				營養量:蛋白質: 21.7克 脂肪: 34克 醃類: 100克 熱量: 792.8卡				
9月10日星期三	五穀飯	蒸	壽喜燒肉片	炒	塔香海茸	炒	白菜滷	滷	炒有機空心菜	炒	四神湯	煮		醃類:	主食類	6.2	09/10 (三)午	五穀米kg 0kg 粳米平均值 0kg	咖哩香菇燉菜 杏鮑菇c 0.3kg 細美力菇 0.3kg 香菇絲 0.04kg 非凍豆腐(kg)菜 1.4kg 洋芋(大丁) 1kg 紅蘿蔔(學) 0.2kg 椰漿(罐)400ml 1罐 益壽多素食咖哩(10瓶) 1包	塔香海茸素 海茸(kg) 0kg 九層塔 0kg	白菜滷素 大白菜(清) 0kg 豆皮(kg) 0.2kg 金針菇 0kg 紅蘿蔔(綠) 0kg 乾木耳絲(kg) 0kg	炒有機空心菜素 有機蔬菜(清) 0kg	素四神湯 四神(人) 0人 小薏仁(kg) 0kg 蓮藕 0.7kg	水果 35份
														106.5 脂肪: 24.5 蛋白質: 33.3 熱量: 779.7	豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	2.6 2.7 2.3 0 0				營養量:蛋白質: 17.6克 脂肪: 22克 醃類: 102克 熱量: 676.4卡				
9月11日星期四	糙米飯	蒸	香酥蝦排	炸+海加工品	洋蔥玉米炒蛋	炒	鐵板銀芽	炒	炒有機青江菜	炒	香菇雞背湯	煮		醃類:	主食類	6.1	09/11 (四)午	糙米飯 糙米 0kg 粳米平均值 0kg	炸菜捲 大菜捲(pc)12pc/斤 38pc	CAS洗選蛋(kg) 0kg 玉米粒QRC 0.7kg 非4.3k豆腐板菜 0.11板	豆芽菜 0kg 紅蘿蔔(綠) 0kg 素火腿(kg) 0.3kg	炒有機青江菜素 有機蔬菜(清) 0kg	蘿蔔鮮菇湯 蘿蔔(中丁) 0kg 鈕仔菇 0kg 杏鮑菇c 0kg 紅蘿蔔(大丁) 0kg	冰烤地瓜 冰烤地瓜(條) 38條
														101.5 脂肪: 28 蛋白質: 35.9 熱量: 801.6	豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	3.1 2 2.5 0 0				營養量:蛋白質: 23.7克 脂肪: 24.5克 醃類: 101.5克 熱量: 721.3卡				
9月12日星期五	麵食		蜜汁雞翅	煮	麻醬	拌	蒸小銀絲捲		炒有機油菜	炒	海芽蛋花湯	煮		醃類:	主食類	6	09/12 (五)午	細油麵(直)大佳 0kg	蜜汁豆包 0.04kg 九層塔 0.04kg	小豆輪(kg) 0.35kg 非豆干丁(kg)菜 0kg 毛豆(A) 0kg 紅蘿蔔(清) 0kg 3K白芝麻醬6人 0罐 花生醬(kg) 0kg	短銀絲捲(龍)50人40g 0pc	炒有機油菜素 有機蔬菜(清) 0kg	海芽蛋花湯素 CAS洗選蛋(kg) 0kg	水果 35份
														98.5 脂肪: 25 蛋白質: 34.7 熱量: 757.8	豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	3 1.7 2 0 0				營養量:蛋白質: 18克 脂肪: 20克 醃類: 100克 熱量: 652卡				