## 11月第四週菜單明細(延杰股份公司提供)

É	E食	備註	主菜	備註	副菜	備註		副菜	備註		副菜	備註		湯	備註		<b>ガ</b> ,	營養分析	食物類別	份數	客戶名稱:彰藝素
糙米	:飯	蒸	黑胡椒豬柳	炒	<b>醬爆豆干</b> 片	炒		銀芽肉絲	炒	:	<b>炒有機黑葉白菜</b>	炒		紫菜蛋花湯	煮		1		主食類	6	
-	彰藝中)	40	香里豬柳	70	非豆干片(kg)养		45	豆芽菜	_	56	有機蔬菜(清)	-	70	紫菜	,,,,	0.6	1 1	98	豆魚肉蛋類	2.9	11/17   2   2   2   3   3   4   4   4   4   4   4   4   4
粳米	平均值	80	洋蔥(剝)	25	高麗菜		20	香里肉絲		3.2				CAS洗選蛋(kg)		10.4	J.	脂肪:	蔬菜類	1.6	
白米(名	中藝簿(愛		紅蘿蔔(學)	5	香里肉片		3.2	韭菜(上)		3.2				大骨(香里)		6.3		27	油脂類	2.5	e
			71#黑胡椒粒(20人)		紅蘿蔔(學	:)	3.2	乾木耳絲		0.5							3	蛋白質:	水果類:	0	毛豆 0.1kg 紅蘿蔔(學) 0kg 芹菜 0.1kg
								, , , , , ,										33.9	奶類	0	牛勞疏鄉應 60g 3pc   青椒 0.3kg   紅蘿蔔(學) 0kg
																	ž	熱量:	NJAR	Ŭ	營養量:蛋白質: 22.7克 脂肪: 22.5克 醣類: 111克 熱量: 752.5卡
																	1 1	770.6		•	11/18   糙米飯   炸豆腐   蕃茄炒蛋素   家常粉絲   炒有機蚵白菜素   冬瓜鮮菇湯   冰烤地瓜
糙米	飯	蒸	炸鹽鯖片	炸	蕃茄炒蛋	炒		家常粉絲	炒		炒有機蚵白菜	炒		香菇雞背湯	煮			醣類:	主食類	6.3	
	彰藝中)	40	60g鹽鯖片(pc)	海+加 1	CAS洗選蛋(kg		60	冬粉(kg)		12	有機蔬菜(清)		70	雞骨架		25		103.5	豆魚肉蛋類	3	<ul><li>要件※平均値 3kg</li><li>著條 0.9kg</li><li>著茄 0kg</li><li>高麗菜(青) 0kg</li><li>杏鮑菇c 0kg</li></ul>
	平均值	80	18L福懋益康沙拉油		蕃茄		35	香里肉絲		3.3				鈕仔菇		0.5	J.	脂肪:	蔬菜類	1.8	海帶片(pc) 3pc 紅蘿蔔學 0kg 鈕仔菇 0kg
白米(名	中藝海(多				3.3K可果美蕃茄醬(桶	i)		高麗菜(清)		30				杏鮑菇c		5		27	油脂類	2.4	細美力菇 Okg 濕香菇 0.2kg
								紅蘿蔔(學)		5.4				冬瓜(中丁)		20	3	蛋白質:	水果類:	0	素內操(180/년) 1년
								細美力菇		3.2								35.4	奶類	0	
																	ž	熱量:			11/19   糙米飯   麻油凍豆腐   佛跳牆素   塔香海根素   炒有機青江菜素   味噌湯素   水果
																		798.6			(三)午 糙米 0.45kg <sup>非珠豆腐(kg)荣 2kg</sup> 大白菜(清) 0kg 海帶根(kg) 0kg 有機蔬菜(清) 0kg 味噌(kg) 0kg 水果 30化
糙米		蒸	薑母雞	煮	佛跳牆	煮		塔香海根			炒有機青江菜			味噌湯	煮		<u>  </u>	醣類:	主食類	6	要米平均值 3kg 杏鮑菇c 0.6kg 芋頭(中丁) 0kg 九層塔 0kg 非4.3k豆腐板泵 0版
	彰藝中)	40	骨腿丁(金豐盛)	80	大白菜(清		64.5	海帶根(kg)		60	有機蔬菜(清)		70	味噌(kg)		6.4		102.5	豆魚肉蛋類	2.9	高麗菜(上) 0.6kg 金針菇 Okg
	平均值	80	杏鮑菇c	15	芋頭(中丁		5.4	九層塔		0.6				非4.3k豆腐板榮		36	):	脂肪:	蔬菜類	2.5	豆皮(kg) 0.2kg
白米(名	亨)彰藝中		高麗菜(上)	20	金針菇		5.4	辣椒kg		0.3				大骨(香里)		6.3		25.5	油脂類	2.2	紅蘿蔔(學) Okg
			薑片(kg)	1.3	香里肉片		3.2	香里肉絲		3.2				柴魚片(kg)		0.3	3	蛋白質:	水果類:	0	香菇絲 Okg
			紅標米酒(瓶)		紅蘿蔔(學	(:	5.4											34.8	奶類	0	營養量:蛋白質: 20.4克 脂肪: 20克 醣類: 109克 熱量: 697.6卡
					香菇絲		0.3										Ž	熱量:			11/20   糙米飯   紅燒皮絲   玉米南瓜滑蛋素   紅燒豆腐素   炒有機奶油白菜素   綠豆薏仁湯   椒鹽毛豆
																		778.7			(四)午 糙米 0.45kg 皮絲(kg) 0.6kg CAS洗選蛋(kg) 0kg   #4.3k豆腐板栗 0版 有機蔬菜(清) 0kg   綠豆(kg) 0kg   CAS毛豆莢(冷凍) 2.
糙米		蒸	蒲燒魚片		玉米南瓜滑蛋			紅燒豆腐			炒有機奶油白菜	,,		綠豆薏仁湯			<u> </u>	醣類:	主食類	6.3	要米平均值 3kg 筍干(學) 0.9kg 金瓜去皮去籽) 0kg 素肉端(180g/包) 1包 小薏仁(kg) 0kg
	彰藝中)	40	蒲燒魚45gQRcode	海+加 1	CAS洗選蛋(kg		52.2	非4.3k豆腐板榮			有機蔬菜(清)		70	綠豆(kg)		20		98	豆魚肉蛋類	3	鈕仔菇 0.03kg 玉米粒QRC 0kg
	平均值	80			金瓜去皮去籽		20	香里粗絞肉		3.1				小薏仁(kg)		5	j.	脂肪:	蔬菜類	0.7	金瓜 0.3kg
日ボ(を	中藝簿(資				玉米粒QRC	2	10							二砂糖(25K/袋)台糖				26.5		2.3	
																	1	蛋白質:	水果類:	0	11/21 素沙米玉米炒板 塔香油豆腐 海結滷白蛋 滷高麗菜素 炒有機黑葉白菜素 棒菜肉絲湯素 水果
																		34.3	奶類	0	(五)午 = x**tagra 0kg
																	1	熱量:			紅蘿蔔(學) 0kg
																		767.7			CAS洗细蛋(kg) (kg) kg #互包切締な業 (kg) 金針菇 Okg
	末蛋炒飯	/2	塔香雞塊		海結滷白蛋	極		開陽滷高麗菜	1/2		炒有機黑葉白菜	//	70	榨菜肉絲湯		4.0	<b>-</b>	醣類:	主食類	6.2	
	粒QRC	15.53		1 1	白蛋		1	高麗菜(清)		65	有機蔬菜(清)		70	淡榨菜(真空)	雠			104	豆魚肉蛋類	3.2	細美力菇 0.3kg
洋蔥	(剝) 蔔(學)	10	九層塔	0.6	海帶結(kg)		6.3 21	蝦米		0.3				香里肉絲		9.6 5.4	F	脂肪:	蔬菜類 油脂類	2.2	營養量:蛋白質: 18克 脂肪: 25.5克 醣類: 99克 熱量: 697.5卡
		3			蘿蔔(清)		21	紅蘿蔔(學)		)				金針菇		3.4				2.2	
香里	粗絞肉	12.4						香里肉片		3.1							1	蛋白質:	水果類:	0	
CAS洗	選蛋(kg)	12.4						香菇絲		0.3								37	奶類	0	
粳米	平均值	120						非豆包(kg)榮55g/pc		5.2							ž	熱量:			
白米(\$	9)彰藝中		1		1	1								1	1		1	807			