

01月第四週菜單明細(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	營養分析	食物類別	份數	客戶名稱:彰藝素										
1月19日星期一	海苔芝麻飯 粳米平均值 熟白芝麻 海苔切片 1/150K(包) 白米(袋)彰藝中	蒸		年魴有魚 魴魚丁 細美力菇 紅蘿蔔(學) 柴魚片(kg) 工研味醂1.8L 九層塔	煮	84 0.33 19 5.3 0.6 0.6	CAS洗選蛋(kg) 乾魴魚絲 玉米三色cas 有糖底50人(薄)(包10包/箱)	蒸	50 0.32 3.2	海帶片(pc) 香里肉片 玉米穗(清)	1 3.2 21	白花菜(清) 青花菜(清) 蝦米	海	42 32 0.53	海芽(kg) 味噌(kg) 大骨(香里) 薑絲(kg)	煮	5.2 3.2 6.3 0.6	醃類: 101 脂肪: 26 蛋白質: 35 熱量: 778	主食類 豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	6.2 3 1.6 2.2 0 0	01/19 (一)午	白米飯 粳米平均值 3.6kg	紅燒凍豆腐 非東豆腐(kg)榮 1.8kg 韓式年糕(包500g 1/17 0包)	蒸蛋素 CAS洗選蛋(kg) 0kg 素鰻(pc) 3pc	第二道 麻油海帶片 海帶片(pc) 0pc 玉米穗(清) 0kg	第三道 花開富貴素 白花菜(清) 0kg 青花菜(清) 0kg	第四道 薑絲海芽湯 海芽(kg) 0kg 味噌(kg) 0kg	第五道 水果 水果 30份	第六道
																			營養量:蛋白質: 24.7克 脂肪: 27.5克 醃類: 110克 熱量: 786.3卡										
1月20日星期二	糙米飯 糙米(彰藝中) 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	蒸	40 80	檸檬雞翅pc W7 18L福態益康沙拉油	加	1 90	炸豆腐 非4.3k豆腐板榮 18L福態益康沙拉油	炸	90	普羅旺斯洋芋 洋芋(大丁) 紅蘿蔔(學) 香里粗絞肉 蕃茄 義大利綜合香辛料(250g)	炒	58 8.5 3.1 5.1	炒有機A菜 有機蔬菜(清)	炒	70	四神湯 立大龍骨丁 小薏仁(kg) 四神(kg)	煮	16 2.1 3.2	醃類: 99.5 脂肪: 27 蛋白質: 33.9 熱量: 776.6	主食類 豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	6.3 2.9 1 2.5 0 0	01/20 (二)午	糙米飯 粳米平均值 2.7kg	什錦滷蛋素 白蛋 33pc 紅蘿蔔(學) 0.3kg 小豆輪(kg) 0.2kg 素獅子頭(pc)25g 3pc	炸豆腐 非4.3k豆腐板榮 0板	普羅旺斯洋芋素 洋芋(大丁) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 蕃茄 0kg 大袖珍菇 0.3kg	炒有機A菜素 有機蔬菜(清) 0kg	素四神湯 四神(人) 0人 小薏仁(kg) 0kg 杏鮑菇c 0.3kg	冰烤地瓜 冰烤地瓜(條) 33條
																			營養量:蛋白質: 23.4克 脂肪: 24克 醃類: 101克 熱量: 713.6卡										
1月21日星期三	白米飯 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	蒸	120	炸豬排 香里肉排60g 18L福態益康沙拉油 地瓜粉(20K/袋)	炸	1	鮮菇什錦 杏鮑菇c 金針菇 洋蔥(剝) 香里肉片 紅蘿蔔(學)	炒	21 10.5 32 3.2 5.3	打拋豆干肉燥 香里粗絞肉 非豆干丁(kg)榮 洋蔥(剝) 蕃茄 九層塔 寶豆鮑魚羹500ml(2瓶/箱) 金美達檸檬原汁960mL	燜	9.5 45 10.5 5.3 1	炒有機奶油白菜 有機蔬菜(清)	炒	70	玉米蛋花湯 玉米粒QRC CAS洗選蛋(kg) 大骨(香里)	煮	18.3 10.6 6.3	醃類: 101 脂肪: 25 蛋白質: 31.5 熱量: 755	主食類 豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	6.2 2.5 1.6 2.5 0 0	01/21 (三)午	白米飯 粳米平均值 3.6kg 非55g四角油肉pc榮 3pc	香酥雞豆腐 雞蛋豆腐300g/盒 8pc 非55g四角油肉pc榮 3pc	鮮菇什錦素 杏鮑菇c 0kg 金針菇 0kg 西芹 1.2kg 濕香菇 0.3kg 紅蘿蔔(學) 0kg	打拋豆干 非豆干丁(kg)榮 0kg 素碎肉(kg) 0.2kg 蕃茄 0kg 九層塔 0kg	炒有機奶油白菜素 有機蔬菜(清) 0kg	玉米蛋花湯素 玉米粒QRC 0kg CAS洗選蛋(kg) 0kg	水果 水果 30份
																			營養量:蛋白質: 25.3克 脂肪: 19.5克 醃類: 112.5克 熱量: 740卡										
1月22日星期四	糙米飯 糙米(彰藝中) 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	蒸	40 80	雞塊120g彰鴻 九層塔 蒜仁(kg)	滷	1 0.6 0.6	蕃茄炒蛋 CAS洗選蛋(kg) 蕃茄 3.3K可果美蕃茄醬(桶)	炒	53.2 31.3	大白菜(清) 香里肉絲 金針菇 紅蘿蔔(學)	滷	63.5 3.2 8.5 5.3	炒有機福山萬苣 有機蔬菜(清)	炒	70	哈佛蔬菜濃湯 金瓜(大丁) 高麗菜(清) 紅蘿蔔(學) 洋蔥(剝) 大骨(香里) 安佳無鹽奶油1/150 麵粉(22K/袋)	煮	15 12.6 5.3 5.3 6.4 0.16	醃類: 105 脂肪: 26 蛋白質: 35.7 熱量: 796.8	主食類 豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	6.3 3 2.1 2.2 0 0	01/22 (四)午	糙米飯 糙米(彰藝中) 0kg 粳米平均值 3kg	香滷素雞 素雞(1/10)隻 3隻 海帶結(kg) 0.3kg 蘿蔔(大丁) 0.9kg	蕃茄炒蛋素 CAS洗選蛋(kg) 0kg 蕃茄 0kg 非4.3k豆腐板榮 0.11板	白菜滷素 大白菜(清) 0kg 豆皮(kg) 0.2kg 金針菇 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg	炒有機福山萬苣素 有機蔬菜(清) 0kg	哈佛蔬菜湯素 金瓜(大丁) 0kg 高麗菜(清) 0kg 紅蘿蔔(大丁) 0kg 細美力菇 0.3kg	煎芋頭糕 芋頭糕(kg) 3kg
																			營養量:蛋白質: 28.3克 脂肪: 25.5克 醃類: 110克 熱量: 782.7卡										
1月23日星期五	麵食 細油麵(直)大佳		180	義大利肉醬 香里粗絞肉 洋蔥(剝) 玉米粒QRC 玉米三色cas 非豆干丁(kg)榮 切角蕃茄醬1/80 3.15K可果美蕃茄醬/桶	炒	25.3 25.3 10.4 5.2 5.2 0.25 0	鼓汁豬排 香里肉排60g 豆鼓(kg)	煮	1 1.5	蒸小銀絲捲 短銀絲捲(龍)50人40g	冷	1	炒有機菠菜 有機蔬菜(清)	炒	70	雞骨架 杏鮑菇c 高麗菜(清) 結頭菜(中丁)	煮	25 8.5 15.8 10.6	醃類: 100 脂肪: 22 蛋白質: 30.6 熱量: 720.4	主食類 豆魚肉蛋類 蔬菜類 油脂類 水果類: 奶類	6.2 2.4 1.4 2 0 0	01/23 (五)午	麵食 細油麵(直)大佳 0kg	義大利肉醬素 素肉燥(180g/包) 1包 玉米粒QRC 0kg 玉米三色cas 0kg 洋芋(清) 0.6kg 濕香菇 0.3kg 大袖珍菇 0.4kg 非豆干丁(kg)榮 0kg 切角蕃茄醬1/80 0罐	滷菜捲 大菜捲(pc)12pc/斤 33pc	蒸小銀絲捲 短銀絲捲(龍)50人40g 0pc	炒有機菠菜素 有機蔬菜(清) 0kg	麻油蔬菜湯素 結頭菜(中丁) 0kg 杏鮑菇c 0kg 豆皮(kg) 0.2kg 金針菇 0.3kg	水果 水果 30份
																			營養量:蛋白質: 20.7克 脂肪: 22.5克 醃類: 99克 熱量: 681.3卡										