

03月第一週菜單明細(延杰股份有限公司提供)

日期	主食		主菜		副菜		副菜		副菜		湯		營養分析	食物類別	份數	客戶名稱: 彰藝素							
	備註	個人量(克)	備註	個人量(克)	備註	個人量(克)	備註	個人量(克)	備註	個人量(克)	備註	個人量(克)				醣類	主食類	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道	第六道
3月2日 星期一	白米飯	蒸	醬燒蜜汁里肌	炸	香菇蒸蛋	蒸	開陽花菜	炒	炒有機蚵仔白菜	炒	麻油鮮菇雞湯	煮	醣類: 99	豆魚肉蛋類	6	03/02 (一)午	白米飯	醬燒油腐素	香菇蒸蛋素	花菜玉筍	炒有機蚵仔白菜素	麻油猴頭菇湯	水果
	粳米平均值 白米(袋)彰藝中	120	香里肉排60g 熟白芝麻	1 0.5	CAS洗選蛋(kg) 香菇絲 半顆(50人份)/包(10包/箱)	50 0.5	白花菜(清) 香里肉片 紅蘿蔔(學) 蝦米	60 9.5 5.3 0.53	有機蔬菜(清)	70	雞骨架 杏鮑菇c 金針菇 高麗菜(清)	21 9.5 5.3 15.8	脂肪: 27 蛋白質: 34.1 熱量: 775.4	2.9 1.8 2.5 0 0	2.9 1.8 2.5 0 0		3.6kg	非55g四角油腐pc菜 28pc	CAS洗選蛋(kg) 0kg 香菇絲 0kg 素獅子頭(pc)25g 3pc	白花菜(清) 0kg 玉米筍(冷凍) 0.3kg 紅蘿蔔(學) 0kg	有機蔬菜(清) 0kg	杏鮑菇c 0kg 金針菇 0kg 高麗菜(清) 0kg 麻油猴頭菇 1包+	水果 26份
3月3日 星期二	糙米飯	蒸	炸雞翅	炸	魚脯干片	炒	蘿蔔什錦羹	炒	炒有機菠菜	炒	紅豆湯圓	煮	醣類: 103.5	豆魚肉蛋類	6.4	03/03 (二)午	糙米飯	炸豆腐素	翠綠洋菇	蘿蔔什錦羹素	炒有機菠菜素	紅豆湯圓	煎芋頭糕
	糙米(彰藝中) 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	40 80	裹粉雞翅pc/CAS 85g 18L福懋益康沙拉油	1	小魚脯 油花生 香里粗絞肉 非豆干片(kg)菜豆 蔥	3.2 6.3 3.2 40 0.6	蘿蔔(清) 香里肉絲 紅蘿蔔(學) 金針菇 乾木耳絲(kg)	47.4 9.5 5 8.4 0.6	有機蔬菜(清)	70	國產紅豆(kg) 冬至湯圓(kg)冷 二砂糖(25K/袋)白糖	15.8 11.4	脂肪: 103.5 20.5 蛋白質: 24.8 熱量: 697.7	1.5 1.5 2.6 0 0	1.5 1.5 2.6 0 0		0.45kg 3kg	非4.3k豆腐板菜 0.55pc 地瓜(清) 1.2kg	洋菇 0.6kg+ 細美力菇 0.6kg 濕香菇 0.2kg 西芹 0.6kg 紅蘿蔔(學) 0.1kg	蘿蔔(清) 0kg 素肉絲(kg) 0.1kg 紅蘿蔔(學) 0kg 金針菇 0kg 乾木耳絲(kg) 0kg 香菜 0.03kg	有機蔬菜(清) 0kg	國產紅豆(kg) 0kg 冬至湯圓(kg) 0kg	芋頭糕(kg) 3kg
3月4日 星期三	白米飯	蒸	蒸蒲燒魚片	煮	普羅旺斯洋芋	炒	螞蟻上樹	炒	炒有機小松菜	炒	冬瓜雞湯	煮	醣類: 103	豆魚肉蛋類	6.3	03/04 (三)午	白米飯	蒸菜捲	奶香芋芋	螞蟻上樹素	炒有機小松菜素	枸杞冬瓜湯素	水果
	粳米平均值 白米(袋)彰藝中	120	蒲燒魚45gQRcode	1	洋芋(大丁) 紅蘿蔔(學) 香里粗絞肉 蕃茄 義大利綜合香料(25g)	54.8 9.5 9.5 5.3	高麗菜(絲) 香里粗絞肉 冬粉(kg) 紅蘿蔔(學)	32 3.3 12 5.4	有機蔬菜(清)	70	雞骨架 冬瓜(中丁) 紅蘿蔔(學)	21 25 5.3	脂肪: 103 20.5 蛋白質: 26.2 熱量: 701.3	1.7 1.7 2.4 0 0	1.7 1.7 2.4 0 0		3.6kg	大菜捲(pc)12pc/斤 28pc	洋芋(大丁) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 蕃茄 0kg 大袖珍菇 0.3kg 奶粉(kg)0.1kg+	高麗菜(絲) 0kg 冬粉(kg) 0kg 素肉燥(180g/包) 1包 紅蘿蔔(學) 0kg	有機蔬菜(清) 0kg	冬瓜(中丁) 0kg 枸杞(kg) 0.03kg 紅蘿蔔(學) 0kg 豆皮(kg) 0.1kg	水果 26份
3月5日 星期四	糙米飯	蒸	炸豬排	炸	蕃茄炒蛋	炒	紅燒豆腐	煮	炒有機青江菜	炒	玉米穗結頭湯	煮	醣類: 101	豆魚肉蛋類	6.3	03/05 (四)午	糙米飯	香酥雞蛋豆腐	蕃茄起士炒蛋素	紅燒豆腐	炒有機青江菜素	玉米穗結頭湯	冰烤地瓜
	糙米(彰藝中) 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	40 80	香里肉排60g 18L福懋益康沙拉油 地瓜粉(20K/袋)	1	CAS洗選蛋(kg) 蕃茄 3.3K可果美蕃茄醬(桶)	50.5 33.7	非4.3k豆腐板菜 香里粗絞肉 九層塔	82 9.5 0.6	有機蔬菜(清)	70	玉米穗(段) 結頭菜(中丁) 紅蘿蔔(學) 大骨(香里)	15.8 15.8 5.3 6.3	脂肪: 101 28 蛋白質: 35.6 熱量: 798.4	3.1 1.3 2.5 0 0	3.1 1.3 2.5 0 0		0.45kg 3kg	雞蛋豆腐300g/盒 8pc 素鰻(pc) 3pc	CAS洗選蛋(kg) 0kg 蕃茄 0kg 起司絲 1包+ 海帶片(pc) 3pc	非4.3k豆腐板菜 0板 素肉燥(180g/包) 1包 九層塔 0kg	有機蔬菜(清) 0kg	玉米穗(段) 0kg 結頭菜(中丁) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 海帶結(kg) 0.3kg	冰烤地瓜(桶) 32條
3月6日 星期五	麻油肉末蛋炒飯	炒	塔香雞塊	煮	海結滷白蛋	滷	大阪燒高麗	炒	炒有機福山萬苜	炒	山藥湯	煮	醣類: 106.5	豆魚肉蛋類	6.5	03/06 (五)午	堅果麻油玉米炒飯素	麻油猴頭菇	海結滷白蛋	大阪燒高麗菜素	炒有機福山萬苜素	山藥四神湯	水果
	玉米粒QRC 洋蔥(剝) 紅蘿蔔(學) 香里粗絞肉 CAS洗選蛋(kg) 香菇絲 紅蔥頭kg(沫)	16 10.6 3.2 12.7 12.7 0.3 0.62	雞塊(100g)彰藝 九層塔	1 0.6	白蛋 海帶結(kg) 紅蘿蔔(學)	1 5.3 5.3	高麗菜(清) 香里肉片 紅蘿蔔(學) 乾木耳絲(kg) 金蘭烤肉醬(5KG)	60 9.5 5.1 0.3 0	有機蔬菜(清)	70	山藥(清) 紅蘿蔔(學) 大骨(香里)	25 5.3 6.3	脂肪: 38 蛋白質: 47 熱量: 956	4.6 1.8 3 0 0	4.6 1.8 3 0 0		3.6kg	麻油猴頭菇1斤裝 1包 杏鮑菇c 1.3kg 九層塔 0.03kg	白蛋 0pc 海帶結(kg) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg	高麗菜(清) 0kg 素肉絲(kg) 0.1kg 紅蘿蔔(學) 0kg 乾木耳絲(kg) 0kg	有機蔬菜(清) 0kg	四神(人) 26人 山藥(清) 0kg	水果 27份

電話: 04-8815202 延杰股份有限公司