

05月第三週菜單明細

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		備註		備註		備註		備註		備註					醣類:	蛋白質:	脂肪:	醣類:	熱量:			
5月11日 星期一	米食	蒸	咖哩肉(2)	煮	筍香干丁	炒	洋蔥炒蛋	炒	炒有機青油菜	炒	冬瓜雞湯	煮	醣類: 100	豆魚肉蛋類	3.3	05/11	米食	第一道	第二道	第三道	第四道	第五道	第六道
	粳米平均值 白米(袋)彰藝中	120	香里肉丁 洋芋(清) 紅蘿蔔(學) 2#小磨坊咖哩粉(包)	73.3 22.3 5.5	非豆干丁(kg)菜 豆	35.5 10 10	CAS洗選蛋(kg) 洋蔥(剝) 紅蘿蔔(學)	50 28 4.5	有機蔬菜(清)	68	雞骨架 冬瓜(中丁) 紅蘿蔔(學)	20 20 4.5	脂肪: 31.5 蛋白質: 36.9 熱量: 831.1	3.3	(一)午	米食	咖哩凍豆腐素	筍香干丁素	南瓜起士滑蛋素	炒有機油菜(暫)	黃金冬瓜湯素	水果	
營養量: 蛋白質: 19.7克 脂肪: 19克 醣類: 105克 熱量: 685.5卡 益壽多素食物哩(10箱) 1包 (鈣230mg)																							
5月12日 星期二	糙米飯	蒸	椒麻雞塊	炸	蒸肉圓	蒸	合菜戴帽	炒	炒有機福山苣荳	炒	玉米蛋花湯	煮	醣類: 101	豆魚肉蛋類	3.4	05/12	糙米飯	炸豆腐素	三杯杏包菇素	合菜戴帽素	炒有機白菜(暫)	玉米蛋花湯素	素水餃
	糙米(彰藝中) 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	40 80	雞塊120g彰鴻 蒜末kg 乾辣椒(kg) 1斤花椒粉 18L福慧益康沙拉油 地瓜粉(20K/袋)	1 0.66 0.33 0 0 0	50g肉圓(pc) 加	1	豆芽菜 香里肉絲 乾木耳絲(kg) 紅蘿蔔(學) CAS洗選蛋(kg)	45 10 0.6 3.3 22.3	有機蔬菜(清)	68	玉米粒QRC CAS洗選蛋(kg) 大骨(香里)	16.7 10 6.6	脂肪: 29.5 蛋白質: 37.7 熱量: 820.3	3.4	(二)午	糙米(彰藝中) 1kg 粳米平均值 2.61kg	非4.3k豆腐板菜 0.55板 地瓜(清) 1.2kg	杏鮑菇 1.5kg 麻油猴頭菇 1包+ 九層塔 0.06kg	豆芽菜 0kg 非黃豆干絲kg菜 0.3kg 乾木耳絲(kg) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg CAS洗選蛋(kg) 0kg	有機蔬菜(清) 0kg	玉米粒QRC 0kg CAS洗選蛋(kg) 0kg	素水餃(pc) 60pc	
營養量: 蛋白質: 23.9克 脂肪: 23克 醣類: 109克 熱量: 757卡																							
5月13日 星期三	米食	蒸	香酥肉排	炸	韓式部隊鍋	蒸	家常豆腐	煮	炒有機青松菜	炒	四神湯	煮	醣類: 98	豆魚肉蛋類	3.2	05/13	米食	炸菜捲素	韓式部隊鍋素	野菇豆腐裹素	炒有機青江菜(暫)	山藥四神湯素	水果
	粳米平均值 白米(袋)彰藝中	120	香里肉排60g 18L福慧益康沙拉油 地瓜粉(20K/袋)	1	大白菜(清) 香里肉片 3k泡菜(kg) 醃 紅蘿蔔(學) 金針菇 雞力蒸素麵80人(箱)	44.5 10 6.6 4.5 6.6 0.001	非4.3k豆腐板菜 豆	82 3.33	有機蔬菜(清)	68	立大龍骨丁 小薏仁(kg) 四神(kg)	20 2.22 3.33	脂肪: 28 蛋白質: 35.9 熱量: 787.6	3.2	(三)午	糙米平均值 3.6kg	大菜捲(12pc/斤) 30pc	大白菜(清) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg 金針菇 0kg 雞力蒸素麵80人(箱) 0箱 素泡菜(罐)360g 2罐	非4.3k豆腐板菜 0板 洋菇 0.5kg+ 濕香菇 0.2kg 毛豆(A) 0.2kg (鈣110mg)	有機蔬菜(清) 0kg	四神(包) 30包 小薏仁(kg) 0kg 山藥(清) 0.6kg	水果 30份	
營養量: 蛋白質: 14.1克 脂肪: 20克 醣類: 108.5克 熱量: 670.4卡																							
5月14日 星期四	糙米飯	蒸	酸菜魚	溜	蔥花蛋	炒	大阪燒高麗	炒	炒有機山菠菜	炒	仙草粉圓	煮	醣類: 103.5	豆魚肉蛋類	3.3	05/14	糙米飯	酸菜豆腸素	堅果玉米炒蛋素	大阪燒高麗菜素	炒有機空心菜(暫)	仙草粉圓	煎蘿蔔糕素
	糙米(彰藝中) 粳米平均值 白米(袋)彰藝中	33.33 87	水鯊片6/7 非4.3k豆腐板菜 酸菜絲 蒜仁(kg) 1斤花椒粒	1 19.5 10 0.66	CAS洗選蛋(kg) 蔥(花)	60 10	高麗菜(清) 香里肉片 紅蘿蔔(學) 乾魷魚絲 金蘭肉醬(5KG)	61 10 4.5 0.3 0	有機蔬菜(清)	68	濕粉圓(kg) 5K仙草(1/50)菜 二砂糖(25K/袋)台糖 奶粉(kg)	9.3 0.67 4.5	脂肪: 27.5 蛋白質: 37.4 熱量: 811.1	3.3	(四)午	糙米(彰藝中) 1kg 粳米平均值 2.61kg	非生豆腸kg菜 1.2kg 酸菜絲 0.3kg 細美力菇 0.3kg 敏豆(冷凍) 0.3kg	CAS洗選蛋(kg) 0kg 玉米粒QRC 0.6kg 皮絲(kg) 0.15kg 紅蘿蔔(學) 0kg 濕木耳 0.2kg	高麗菜(清) 0kg 皮絲(kg) 0.15kg 紅蘿蔔(學) 0kg 濕木耳 0.2kg	有機蔬菜(清) 0kg	濕粉圓(kg) 0kg 5K仙草(1/50)菜 0箱 奶粉(kg) 0kg	蘿蔔糕(kg) 3kg	
營養量: 蛋白質: 24.7克 脂肪: 30克 醣類: 106.5克 熱量: 794.8卡																							
5月15日 星期五	麵食	蒸	蜜汁翅小腿	煮	義大利肉醬	炒	海結滷蛋	滷	炒有機空心菜(暫)	炒	竹筍湯	煮	醣類: 99	豆魚肉蛋類	3.5	05/15	麵食	蜜汁豆包素	義大利肉醬素	海結滷蛋素	炒有機莧菜(暫)	竹筍湯素	水果
	細油麵(真)大佳	240	翅小腿(pc)	2	香里粗絞肉 洋蔥(剝) 玉米粒QRC 玉米三色cas 非豆干丁(kg)菜 切角蕃茄醬1/80 3.15K可樂美蕃茄醬桶	33.33 25.5 10 4.5 5.5 0.27 0	白蛋 海帶結(kg) 紅蘿蔔(學)	1 5.5 5.5	有機蔬菜(清)	100	紅蘿蔔(學) 竹筍(上剝) 大骨(香里)	4.5 24.5 6.6	脂肪: 28.5 蛋白質: 38.3 熱量: 805.7	3.5	(五)午	細油麵(真)大佳 0kg	非60g豆包(pc)菜 30pc 九層塔 0.03kg	素肉燥(180g/包) 1包 玉米粒QRC 0kg 玉米三色cas 0kg 洋芋(清) 0.6kg 海喜菇KG 0.6kg+ 細美力菇 0.4kg 非豆干丁(kg)菜 0kg 切角蕃茄醬1/80 0罐	白蛋 0pc 海帶結(kg) 0kg 紅蘿蔔(學) 0kg	有機蔬菜(清) 0kg	紅蘿蔔(大丁) 0kg 竹筍(上剝) 0kg 皮絲(kg) 0.1kg	水果 30份	
營養量: 蛋白質: 14克 脂肪: 19.5克 醣類: 114.5克 熱量: 689.5卡																							

電話: 04-8815202 延杰股份有限公司