

冠成食品工廠 南興國小 114年 9/1-9/10菜單

營養師 蕭涵

茂產誠



本公司 豬肉 「原料原產地(台灣)」

9月1日(一)	9月2日(二)	9月3日(三)	9月4日(四)	9月5日(五)
白米飯 日式咖哩豬 木耳高麗菜 香滷豆腐(豆) 深色蔬菜 柴香蘿蔔湯	糙米飯 傳統魷魚羹(海加)-申請 BBQ烤翅小腿 菇菇豆干(豆) 淺色蔬菜 紫菜蛋花湯	白米飯 招牌香雞排 台式波隆那肉醬(醃豆) 開陽白菜(海) 深色蔬菜 筍絲湯	地瓜飯 米血雞丁(加) 下飯滷蛋 筍片海茸 淺色蔬菜 玉米濃湯(芡)	黃金蛋炒飯 鐵路排骨 彩椒鮮菇 香炸蘿蔔糕(炸冷) 深色蔬菜 味噌豆腐湯(豆)
熱量: 755.1 脂肪: 27.9 糖類: 97 蛋白質: 29	熱量: 755.1 脂肪: 28.7 糖類: 100 蛋白質: 28.7	熱量: 750.5 脂肪: 26.5 糖類: 100 蛋白質: 26	熱量: 736.4 脂肪: 24 糖類: 100 蛋白質: 30.1	熱量: 766.2 脂肪: 27 糖類: 100 蛋白質: 30.8
9月8日(一)	9月9日(二)	9月10日(三)		
白米飯 洋芋雞丁 刺瓜炒鮮菇 日式蒸蛋 深色蔬菜 榨菜肉絲湯(醃)	胚芽飯 板烤雞排 客家小炒(豆) 白菜河粉 淺色蔬菜 綠豆薏仁湯	白米飯 鹽酥雞丁 麻婆豆腐(豆) 香Q滷蛋 深色蔬菜 白玉蘿蔔湯		
熱量: 737.4 脂肪: 25 糖類: 97 蛋白質: 31.1	熱量: 769.6 脂肪: 26 糖類: 101.5 蛋白質: 32.4	熱量: 743 脂肪: 25 糖類: 99.5 蛋白質: 30		