

2026/03/09 ~ 2026/03/13

客戶名稱:彰化縣員林市立幼兒園

| 日期  | 第一道  | 第二道                                | 第三道   | 第四道          | 第五道                            | 第六道 |
|---|--|------------------------------------|---|--------------|--------------------------------|-----|
| 03/09<br>(一)早                               | 鮮奶<br>1L味全鮮奶1/7<br>195ml味全鮮奶                               | 蒸包子<br>奶皇包(10入)                    |   |              |                                |     |
| 營養量:蛋白質: 9.8克 脂肪: 6.4克 醣類: 35.1克 熱量: 215卡   |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/09<br>(一)午                               | 小米飯<br>小米(kg)<br>米(kg)                                     | 蔥爆肉絲<br>香里肉絲<br>洋蔥(剝)              | 蔥花蛋<br>蛋(kg)和記<br>蔥                           | 炒山萵蒿<br>山萵蒿  | 結頭菜排骨湯<br>結頭菜(上)<br>立大龍骨丁      | 水果  |
| 營養量:蛋白質: 15.8克 脂肪: 25克 醣類: 40.5克 熱量: 456卡   |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/09<br>(一)晚                               | 馬鈴薯濃湯<br>洋芋(大顆)kg<br>玉米粒QRC<br>蛋(kg)和記<br>洋蔥(剝)<br>紅蘿蔔(學)  |                                    |   |              |                                |     |
| 營養量:蛋白質: 3.1克 脂肪: 1.5克 醣類: 7克 熱量: 55.5卡     |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/10<br>(二)早                               | 蒸包子<br>香菇菜包(20入)   | 豆漿<br>1L豆漿低糖光泉 1/7<br>400ml光泉豆漿    |   |              |                                |     |
| 營養量:蛋白質: 16克 脂肪: 10克 醣類: 15克 熱量: 220卡       |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/10<br>(二)午                               | 地瓜飯<br>地瓜<br>米(kg)   | 洋芋滷肉<br>香里肉丁<br>洋芋(大顆)kg<br>紅蘿蔔(學) | 涼拌三絲<br>海帶絲(kg)<br>豆干絲(kg)慶<br>芹菜             | 炒大陸妹<br>大陸妹  | 玉米穗湯<br>玉米穗(清)<br>大骨(香里)<br>香菜 | 水果  |
| 營養量:蛋白質: 15.3克 脂肪: 14克 醣類: 47.5克 熱量: 383.5卡 |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/10<br>(二)晚                               | 綠豆薏仁湯<br>綠豆(kg)<br>薏仁(kg)<br>1kg台糖二砂(包)                    |                                    |   |              |                                |     |
| 營養量:蛋白質: 2.6克 脂肪: 0克 醣類: 19.5克 熱量: 91卡      |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/11<br>(三)早                               | 南瓜蔬菜粥<br>金瓜<br>高麗菜(上)<br>香里肉絲<br>乾香菇(學)<br>紅蘿蔔(學)<br>芹菜(上) |                                    |   |              |                                |     |
| 營養量:蛋白質: 3克 脂肪: 1.5克 醣類: 6克 熱量: 51卡         |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/11<br>(三)午                               | 胚芽飯<br>胚芽米(kg)<br>米(kg)                                    | 糖醋魚柳<br>裹粉土魷塊(pc)<br>3.3K可果美蕃茄醬(桶) | 香菇肉燥<br>香里赤粗絞肉<br>紅蘿蔔(學)<br>台灣香菇絲<br>豆干丁(kg)慶 | 炒油菜<br>油菜(上) | 青木瓜排骨湯<br>青木瓜<br>立大龍骨丁         | 水果  |
| 營養量:蛋白質: 19.4克 脂肪: 30.5克 醣類: 42克 熱量: 526.5卡 |  |                                    |   |              |                                |     |
| 03/11<br>(三)晚                               | 麵包<br>50g小餐包(華)pc  | 鮮奶<br>1L味全鮮奶1/7<br>195ml味全鮮奶       |   |              |                                |     |
| 營養量:蛋白質: 8.4克 脂肪: 6.4克 醣類: 24.6克 熱量: 166卡   |  |                                    |   |              |                                |     |

| 日期  | 第一道   | 第二道                        | 第三道                                | 第四道                      | 第五道                 | 第六道 |
|---|---|----------------------------|------------------------------------|--------------------------|---------------------|-----|
| (四)早  | 麵條(包)<br>香里赤絞肉<br>台灣香菇絲<br>豆芽菜                                  |                            |                                    |                          |                     |     |
| 營養量:蛋白質: 6克 脂肪: 3克 醣類: 13克 熱量: 106卡         |   |                            |                                    |                          |                     |     |
| 03/12<br>(四)午                               | 蕎麥飯<br>蕎麥(kg)<br>米(kg)  | 三杯雞<br>雞柳(誠昌)kg<br>洋蔥(上)   | 玉米三色(1)<br>玉米粒QRC<br>豌豆仁<br>紅蘿蔔(學) | 炒高麗菜<br>高麗菜(上)<br>紅蘿蔔(學) | 且花湯<br>蛋(kg)和記<br>蔥 | 水果  |
| 營養量:蛋白質: 13.8克 脂肪: 18克 醣類: 47.5克 熱量: 413卡   |   |                            |                                    |                          |                     |     |
| 03/12<br>(四)晚                               | 芋頭米粉湯<br>芋頭(上)<br>米粉(包)260g<br>芹菜(上)<br>台灣香菇絲<br>香里肉絲<br>紅蘿蔔(學) |                            |                                    |                          |                     |     |
| 營養量:蛋白質: 4.5克 脂肪: 1.5克 醣類: 18克 熱量: 106.5卡   |   |                            |                                    |                          |                     |     |
| 03/13<br>(五)早                               | 什錦冬粉湯<br>香里肉絲<br>冬粉(kg)<br>高麗菜(上)<br>金針菇                        |                            |                                    |                          |                     |     |
| 營養量:蛋白質: 4.3克 脂肪: 1.5克 醣類: 16克 熱量: 97.5卡    |   |                            |                                    |                          |                     |     |
| 03/13<br>(五)午                               | 豬肉蔬菜飯<br>香里肉片<br>高麗菜(上)<br>紅蘿蔔(學)<br>玉米粒QRC<br>濕香菇<br>太白粉(kg)   | 三色蛋<br>蛋(kg)和記<br>皮蛋<br>鹹蛋 | 炒白花菜<br>白花菜(上)                     | 鮮菇湯<br>金針菇<br>大骨(香里)     | 水果<br>水果            |     |
| 營養量:蛋白質: 18.2克 脂肪: 16.5克 醣類: 42.5克 熱量: 398卡 |   |                            |                                    |                          |                     |     |
| 03/13<br>(五)晚                               | 鮮奶<br>1L味全鮮奶1/7<br>195ml味全鮮奶                                    | 蒸燒賣<br>蟹黃燒賣(慶)PC           |                                    |                          |                     |     |
| 營養量:蛋白質: 10克 脂肪: 6.4克 醣類: 36.6克 熱量: 222卡    |   |                            |                                    |                          |                     |     |

電話:04-8815202 延杰股份有限公司