

誠美便當工廠

2024/6/3 【一】	2024/6/4 【二】	2024/6/5 【三】	2024/6/6 【四】	2024/6/7 【五】
旺芽米飯 糖醋肉丁豆奶 白醬玉米洋芋 卡拉翅腿 <small>深色蔬菜</small> 日式豆腐湯	白米飯 鐵路排骨 白菜滷 紅燒豆腐 <small>深色蔬菜</small> 菜頭湯	白米飯 日式壽喜燒 細蒲雙絲 豬肉鍋貼 <small>淺色蔬菜</small> 紅豆西米露	地瓜飯 玉米雞丁 炸酥酥魚柳 筍干豬柳 <small>有機空心菜-深</small> 海芽蛋花湯	維力酢醬麵 菲力雞排 奶皇包 黃瓜溜肉 <small>淺色蔬菜</small> 酸辣湯
熱量 756.3 K 脂肪 27.5 g 糖類 95.0 g 蛋白質 32.2 g	熱量 687.9 K 脂肪 25.5 g 糖類 84.5 g 蛋白質 30.1 g	熱量 743.8 K 脂肪 25.0 g 糖類 98.5 g 蛋白質 31.2 g	熱量 712.2 K 脂肪 27.0 g 糖類 87.0 g 蛋白質 30.3 g	熱量 701.9 K 脂肪 26.5 g 糖類 85.0 g 蛋白質 31.6 g

2024/6/11 【一】	2024/6/12 【三】	2024/6/13 【四】	2024/6/14 【五】
Happy Graduation 豬肉原產地 台灣 旺芽米飯 海鮮排 鮮筍煲 大溪滷味 <small>深色蔬菜</small> 冬瓜湯	白米飯 鐵板豬柳 麥香烤雞堡 絲瓜粉絲 <small>淺色蔬菜</small> 咕咕蛋花湯	地瓜飯 咖哩燒雞 茶碗蒸 客家小炒 <small>有機油江菜</small> 玉米濃湯	招牌炒飯 黃金炸雞翅 薑絲海帶 銀絲卷 <small>淺色蔬菜</small> 味噌豆腐湯
熱量 742.7 K 脂肪 27.5 g 糖類 92.0 g 蛋白質 31.8 g	熱量 701.5 K 脂肪 25.5 g 糖類 87.5 g 蛋白質 30.5 g	熱量 717.2 K 脂肪 26.0 g 糖類 89.5 g 蛋白質 31.3 g	熱量 776.7 K 脂肪 27.5 g 糖類 85.0 g 蛋白質 32.8 g

2024/6/17 【一】	2024/6/18 【二】	2024/6/19 【三】	2024/6/20 【四】	2024/6/21 【五】
旺芽米飯 紅燒豬腩 起士熱狗大亨 洋蔥炒蛋 <small>深色蔬菜</small> 黃瓜湯	白米飯 酸菜筍片雞 下飯肉燥 元寶餃子 <small>深色蔬菜</small> 日式豆腐湯	白米飯 薑絲肉片 麥克雞塊 冬瓜燴菇 <small>淺色蔬菜</small> 海芽金菇湯	地瓜飯 黃金嫩魚 鮮蔬寬粉 家常豆腐 <small>有機小松菜-深</small> 黃金濃湯	義大利肉醬麵 香脆雞排 醬燒肉包 筍仔肉絲 <small>淺色蔬菜</small> 海芽蛋花湯
熱量 678.2 K 脂肪 25.0 g 糖類 84.0 g 蛋白質 30.5 g	熱量 688.0 K 脂肪 26.0 g 糖類 83.0 g 蛋白質 30.5 g	熱量 678.2 K 脂肪 25.0 g 糖類 84.0 g 蛋白質 29.3 g	熱量 717.5 K 脂肪 25.5 g 糖類 93.0 g 蛋白質 29.0 g	熱量 733.0 K 脂肪 27.0 g 糖類 91.5 g 蛋白質 31.0 g

2024/6/24 【一】	2024/6/25 【二】	2024/6/26 【三】	2024/6/27 【四】	2024/6/28 【五】
旺芽米飯 咖哩燒肉 銀芽肉絲 阿婆滷蛋 <small>深色蔬菜</small> 竹筍湯	白米飯 冬瓜燒雞 香酥魚 米血滷味 <small>深色蔬菜</small> 玉米蛋花湯	白米飯 鐵板豬柳 芥藍豆皮 燒烤魷魚丸 <small>淺色蔬菜</small> 榨菜蛋花湯	地瓜飯 嫩烤豬里肌 小瓜炒菇 下飯肉燥 <small>有機空心菜-深</small> 蔥香豆腐湯	高麗菜炒飯 卡拉脆雞排 日式關東煮 雞蛋饅頭 <small>淺色蔬菜</small> 綠豆薏仁湯
熱量 703.4 K 脂肪 25.0 g 糖類 89.5 g 蛋白質 30.1 g	熱量 725.8 K 脂肪 27.0 g 糖類 90.0 g 蛋白質 30.7 g	熱量 683.0 K 脂肪 25.0 g 糖類 85.0 g 蛋白質 29.5 g	熱量 701.0 K 脂肪 25.0 g 糖類 89.0 g 蛋白質 30.0 g	熱量 723.3 K 脂肪 26.5 g 糖類 91.0 g 蛋白質 30.2 g