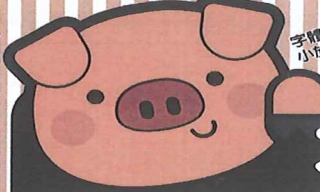


誠美便當工廠110年1月份菜單【南興國小】

菜單設計者：李美秀

2021/1/4 【一】				2021/1/5 【二】 申請				2021/1/6 【三】 申請				2021/1/7 【四】 申請				2021/1/8 【五】 申請			
胚芽米飯 北海魚排【炸】【海】 銀芽肉絲 冰糖滷味【豆】 油菜 薑絲海芽湯				白米飯 紅燒豬腩 芙蓉茶碗蒸 麥克雞塊【加】 菠菜 黃瓜湯				白米飯 鹹水雞 白菜滷 微笑長餃子【冷】 小白菜 蘿蔔豆腐湯【豆】				地瓜飯 日式壽喜燒 螞蟻上樹 港式燒賣【加】 青江菜 洋芋濃湯【筍】				傳統肉燥麵 卡啦炸翅【炸】 菇拌花椰 金餡奶黃包【冷】 有機高麗菜 紫芋紅豆湯			
熱量	699.0 K	脂肪	25.0 g	熱量	671.0 K	脂肪	25.0 g	熱量	703.4 K	脂肪	25.0 g	熱量	687.0 K	脂肪	25.0 g	熱量	759.6 K	脂肪	24.0 g
醣類	90.5 g	蛋白質	28.0 g	醣類	82.5 g	蛋白質	29.0 g	醣類	89.5 g	蛋白質	30.1 g	醣類	86.0 g	蛋白質	29.5 g	醣類	107.0 g	蛋白質	28.9 g
2021/1/11 【一】 申請				2021/1/12 【二】 申請				2021/1/13 【三】 申請				2021/1/14 【四】 申請				2021/1/15 【五】 申請			
胚芽米飯 鐵板豬柳 蕃茄炒蛋 福氣金元寶【冷】 菠菜 味噌豆腐湯【豆】				白米飯 蒲燒魚【海】【加】 蒲瓜木耳 咖哩燒雞 油菜 玉米濃湯【筍】				白米飯 蜜汁雞丁 家常豆腐【豆】 空心菜肉絲 豆芽菜 結頭菜湯				地瓜飯 冬瓜燒鴨 海苔薯條【炸】【加】 高麗菜豆皮 有機青江菜 紫菜蛋花湯				招牌炒飯 照燒豬排 日式關東煮 蔥花吉拿棒【冷】 大白菜 蜜豆珍珠湯			
熱量	700.6 K	脂肪	25.0 g	熱量	727.2 K	脂肪	24.0 g	熱量	689.3 K	脂肪	24.5 g	熱量	706.7 K	脂肪	25.5 g	熱量	792.8 K	脂肪	24.0 g
醣類	89.0 g	蛋白質	29.9 g	醣類	98.0 g	蛋白質	29.8 g	醣類	88.0 g	蛋白質	29.2 g	醣類	90.5 g	蛋白質	28.8 g	醣類	113.0 g	蛋白質	31.2 g
2021/1/18 【一】 申請				2021/1/19 【二】 申請				2021/1/20 【三】 申請				<div style="text-align: right;">  <p>字體長寬不得小於2公分</p> <p>衛生福利部 食品藥物管理署 FDA</p> <p>彰化縣衛生局 印製</p> <h2 style="text-align: center;">本店豬原料</h2> <h1 style="text-align: center;">原產地 臺灣</h1> </div>							
胚芽米飯 糖醋排骨 三色蒸蛋 卡啦魚米花【炸】【海】 菠菜 黃金濃湯【筍】				白米飯 黃金雞翅【炸】 港式湯包【冷】 干丁肉燥 油菜 海芽豆腐湯【豆】				白米飯 醬爆肉片 海味花枝丸【加】 奶油玉米 高麗菜 冬瓜湯											
熱量	126.0 K	脂肪	14.0 g	熱量	703.7 K	脂肪	26.5 g	熱量	711.8 K	脂肪	25.0 g								
醣類	0.0 g	蛋白質	0.0 g	醣類	85.5 g	蛋白質	30.8 g	醣類	91.5 g	蛋白質	30.2 g								

誠美
便當工廠

印章

營養師
李美秀

李美秀

與正本相符