佳愛餐盒食品廠
goodlove · carefood

115 年 11 月 廊子國中素食菜單

日期	11/02(一)	11/03(二)	11/04(三)	11/05(四)	11/06(五)
菜色	燕麥飯 豉香嫩腐 塔香麵腸 醋溜白菜 四季素燒 黃瓜燴什錦 季節時蔬	小米黎麥飯 南香豆腐 素燥干丁 鮮瓜什錦 可樂餅 龍鬚菜 季節時蔬	什錦炒飯 糖醋豆包 鮮蔬素雞片 銀絲卷 油皮高麗菜 麻香水蓮 季節時蔬	白飯 蜜汁腰果豆腸 塔香黑干 豆苗牛蒡絲 蒸南瓜 油燜筍茸 季節時蔬	糙米飯 大煙鵝 榨菜黃干絲 琴香金菇 炒什錦 黑米糕捲 季節時蔬
熱　量	793.1 大卡	797.5 大卡	804.1 大卡	789.6 大卡	793.1 大卡
醣類	425.4 大卡	422.8 大卡	425.6 大卡	420.5 大卡	425.4 大卡
蛋白質	133.4 大卡	138.1 大卡	134.1 大卡	123.6 大卡	133.4 大卡
脂肪	229.2 大卡	229.4 大卡	244.4 大卡	219.2 大卡	229.2 大卡