



佳愛餐盒食品廠
♥ goodlove · carefood ♥

115 年 9 月 廊子國中素食菜單

日期	8/31(一)	9/1(二)	9/2(三)	9/3(四)	9/4(五)
菜 色	小米飯 紅燒豆腐 梨香豆腸 西芹炒年糕 素魚排 玉米四色 季節時蔬	糙米飯 三杯油腐 香滷冬瓜 雲菜捲 青龍豆干 青花菜 季節時蔬	素沙茶拌麵 塔香嫩腐 三色豆干丁 蘋果千層派 時蔬天婦羅 大黃瓜素羹 季節時蔬	香 Q 白飯 醬爆豆干片 茄汁百頁 小黃瓜素燴 香拌黃豆芽 和風照燒排 季節時蔬	五穀飯 三杯什錦菇 白花菜 素鱈魚排 豆薯什錦 薑汁豆包 季節時蔬
熱 量	793.1 大卡	797.5 大卡	804.1 大卡	789.6 大卡	783.4 大卡
醣類	425.4 大卡	422.8 大卡	425.6 大卡	420.5 大卡	430.5 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