

慈幼工商

營養午餐菜單

康立便當工廠

日期	星期	主食	主菜		主菜		副菜		副菜		湯點	醣類 (g)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	熱量 (Kcal)
11月8日	一	米飯	藥膳雞丁	40g	火腿玉米炒蛋	40g	白菜小四角	40g	炒青菜	50g	刺瓜魚丸湯	99	26	24	729
11月9日	二	芝麻飯	蒙古炒肉片	40g	咖哩雞丁	40g	西芹甜不辣絲	40g	炒青菜	50g	白玉龍骨湯	105	26	24	750
11月10日	三	義大利肉醬麵	糖醋蝦排	40g	紹子蒸蛋	40g	五味醬豆腐	40g	炒青菜	50g	檸檬冬瓜茶	98	28	25	737
11月11日	四	米飯	壽喜燒肉片	40g	麵輪燒雞丁	40g	長豆XO醬	40g	炒青菜	50g	當歸麵線湯	101	28	25	751
11月12日	五	米飯	瓜仔雞丁	40g	洋蔥炒肉絲	40g	麻婆豆腐	40g	炒青菜	50g	冬瓜蜆湯	100	30	26	763

工廠登記：99-659561-00

電話：2738885

傳真：2739520

營養師：杜亞捷

●本公司使用之豬肉皆為國產豬肉

慈幼工商

營養午餐菜單

康立便當工廠

日期	星期	主食	主菜		主菜		副菜		副菜		湯點	醣類 (g)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	熱量 (Kcal)
11月15日	一	米飯	親子丼 (雞丁, 雞蛋, 洋蔥)	40 g	香菇花瓜	40 g	火腿炒雙丁	40 g	炒青菜	50 g	大頭菜 龍骨湯	98	29	26	752
11月16日	二	小米飯	海結 滷肉角	40 g	雞蓉 玉米粒	40 g	番茄炒蛋	40 g	炒青菜	50 g	白玉 魚丸湯	99	28	25	744
11月17日	三	什錦 炒麵	三杯雞 杏鮑菇	40 g	豬肉餡餅	40 g	糯米丸*1	40 g	炒青菜	50 g	丁香味噌 湯	101	27	24	736
11月18日	四	米飯	梅干 燒排骨	40 g	咖哩魚蛋 甜不辣	40 g	日式蒸蛋	40 g	炒青菜	50 g	冬瓜山粉 圓	100	26	24	734
11月19日	五	米飯	暖冬 麻油雞	40 g	白菜肉絲 香菇	40 g	西芹 豆干片	40 g	炒青菜	50 g	冬菜冬粉 肉絲湯	97	27	25	735

工廠登記：99-659561-00

電話：2738885

傳真：2739520

營養師：杜亞捷

●本公司使用之豬肉皆為國產豬肉