

久大食品便當廠6/17~6/28營養午餐菜單

日期	6/17	6/18	6/19	6/20	6/21	6/24	6/25	6/26	6/27	6/28
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
主食	豆菜麵	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	蔥油肉絲飯	白米飯	白米飯	白米飯	結業式 不吃
主菜	糖醋排骨	京醬雞丁	蒜泥豬排	香酥雞腿	奶香肉片	卡啦雞腿排	蠔油肉片	拌花枝	高昇排骨	
	壽喜鍋	煎蛋捲	培根洋蔥炒蛋	客家小炒	麥克雞塊	三杯什錦	茄汁蝦捲	五味豆腐	翡翠蒸蛋	
副菜	煉乳銀絲卷	家常豆腐	螞蟻上樹	刺瓜炒蛋	清炒甜不辣	港式蘿蔔糕	紅絲玉米炒蛋	什錦鮮蔬	照燒花枝丸	
	炒青菜	炒青菜	炒青菜	炒青菜	炒青菜	炒青菜	炒青菜	炒青菜	炒青菜	
湯	奶茶	筍絲香菇湯	關東煮湯	仙草蜜	貢丸湯	酸辣湯	冬瓜檸檬	紫菜金針湯	古早味紅茶	
營養分析 (份數)	全穀雜糧類：6.5 豆魚蛋肉類：2.3 乳品類：0 蔬菜類：1.2 水果類：0 油脂與堅果種子：2.6	全穀雜糧類：6.2 豆魚蛋肉類：2.5 乳品類：0 蔬菜類：1.7 水果類：0 油脂與堅果種子：2.7	全穀雜糧類：6 豆魚蛋肉類：2.6 乳品類：0 蔬菜類：1.3 水果類：0 油脂與堅果種子：2.6	全穀雜糧類：6.4 豆魚蛋肉類：2.5 乳品類：0 蔬菜類：1.1 水果類：0 油脂與堅果種子：2.5	全穀雜糧類：6 豆魚蛋肉類：2.8 乳品類：0 蔬菜類：1.6 水果類：0 油脂與堅果種子：2.8	全穀雜糧類：6.3 豆魚蛋肉類：2.6 乳品類：0 蔬菜類：1.2 水果類：0 油脂與堅果種子：2.9	全穀雜糧類：6.5 豆魚蛋肉類：2.3 乳品類：0 蔬菜類：1.2 水果類：0 油脂與堅果種子：2.6	全穀雜糧類：6.5 豆魚蛋肉類：2.5 乳品類：0 蔬菜類：1.7 水果類：0 油脂與堅果種子：2.7	全穀雜糧類：6.2 豆魚蛋肉類：2.6 乳品類：0 蔬菜類：1.3 水果類：0 油脂與堅果種子：3	全穀雜糧類：6.5 豆魚蛋肉類：2.6 乳品類：0 蔬菜類：1.3 水果類：0 油脂與堅果種子：2
蛋白質 (g)	30	32	32	31	33	32	30	32	33	
脂肪 (g)	25	26	26	25	28	28	25	26	28	
醣類 (g)	108	106	101	107	104	101	108	106	104	
熱量 (大卡)	775	786	765	776	818	797	775	786	818	

工廠登記：99-674927-00 電話：06-2976819

地址：台南市安平區平豐路 391 巷 22 弄 14 號

傳真：06-2978248

營養師：史玄潔 <9Y21070018> *本公司使用之豬肉為國產豬肉*

Email：jota2976819@yahoo.com.tw