

沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人聖保祿醫院。107年第三季中央廚房菜單明細(普通伙食)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
早餐	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯	白稀飯
	子薑木耳肉片(1)	絞肉碎干丁(1)	塔香獅子蒸豆包(1)	滷瓜仔肉(1)	菜脯炒蛋(1)	洋蔥油腐(1)	味噌燒豆腸(1)	紅燒烤麩(1.5)	茶葉蛋(1)	三杯油腐(1.5)	小瓜炒蛋(1)	紅人肉絲(1)	薑燒豆腸(1.5)	蒸蛋(1)
	白菜滷麵筋(0.5)	高麗肉絲(0.5)	絲瓜炒蛋(0.5)	紅人毛豆(0.5)	花生干丁(0.5)	青木瓜炒肉絲(0.5)	鮮筍炒蛋(0.5)	枸杞絲瓜	豆皮滷白菜(0.5)	紅棗高麗	彩椒干絲(0.5)	花生麵腸(0.5)	金針雲耳	菇丁毛豆(0.5)
	炒油菜	炒空心菜	炒A菜	炒青江菜	炒小白菜	炒小芥菜	炒蚵白菜	炒大陸妹	炒油菜	炒空心菜	炒A菜	炒青江菜	炒小白菜	炒小芥菜
主食(碗)	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
豆魚蛋肉類(兩)	1.5	1.5	2	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
蔬菜(碟)	1.7	1.7	1.3	1.7	1.7	1.3	1.3	2.2	1.8	2	1.3	1.3	1.8	1.3
油脂(湯匙)	0.9	0.8	0.9	0.8	0.9	0.8	0.8	0.8	0.9	0.8	0.9	0.9	0.8	0.8
水果(份)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
奶類(杯)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
熱量(大卡)	556.5	543	584	543	556.5	533	533	555.5	559	550.5	546.5	546.5	545.5	533
午餐	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯
	紅燒獅子頭(2)	梅干雞丁(2)	香烤秋刀魚(1.5)	橙汁豬排(2)	醬燒雞排(T4)	日式炸白旗片(1.5)	五味肉丁(2)	藥膳雞丁(2)	香煎肉魚(1.5)	黑胡椒燴肉柳(2)	人蔘雞燴雞腿(D4)	豆瓣鱈斑魚(1.5)	荷葉蒸排骨(2)	三杯雞丁(2)
	蕃茄豆腐(0.5)	肉末紫茄(0.5)	西芹干片(1)	青椒炒雞片(0.5)	肉末苦瓜(0.5)	白菜豆包絲(0.5)	高麗炒素肚(0.5)	青椒炒肉絲(0.5)	蔞豉(少)豆腐(1)	肉末紫茄(0.5)	洋蔥炒肉絲(0.5)	蕃茄炒蛋(0.5)	黃芽肉絲(0.5)	蕃茄麵筋(0.5)
	咖哩洋芋	西生菜燴金針菇	紅絲炒小瓜	培根豆薯	粉蒸芋頭	螞蟻上樹(0.5)	芹香海帶絲	乾腐四季豆	玉米燴菇菇	蘿蔔關東煮	芝麻龍鬚菜	毛豆南瓜(0.5)	絲瓜麵線	粉蒸地瓜
	炒青江菜	炒小白菜	炒小芥菜	炒蚵白菜	炒大陸妹	炒油菜	炒空心菜	炒A菜	炒青江菜	炒小白菜	炒小芥菜	炒蚵白菜	炒大陸妹	炒A菜
冬瓜湯	豆薯絲湯	苦瓜湯	玉菜湯	扁蒲湯	蘿蔔湯	青木瓜湯	冬瓜湯	黃瓜湯	苦瓜湯	筍絲湯	扁蒲湯	蘿蔔湯	青木瓜湯	
主食(碗)	1.3	1.0	1.0	1.1	1.3	1.2	1.0	1.0	1.2	1.2	1.3	1.2	1.2	1.3
豆魚蛋肉類(兩)	2.5	2.5	3	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5
蔬菜(碟)	1.9	2.9	2.6	1.5	1.7	1.9	2.9	2.7	1.3	2	2.1	1.7	2.6	1.9
油脂(湯匙)	1.3	1.3	1.3	1.3	1.3	1.5	1.3	1.5	1.3	1.5	1.3	1.5	1.3	1.5
水果(份)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
奶類(杯)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
熱量(大卡)	774.5	715.5	745.5	708.5	769.5	773.5	715.5	737.5	731.5	776	779.5	768.5	764	801.5
水果	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1	水果*1
熱量(大卡)	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0
晚餐	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯
	香酥紅目璉(1.5)	豉汁蒸排骨(2)	烤雞腿(D4)	卡啦鱈斑魚排(1.5)	紅糟肉(2)	孜然雞丁(2)	椒鹽魚丁(2)	梅干燒肉(2)	蔥燒雞排(T4)	香烤秋刀魚(2)	蒸肉餅(2)	鹽酥雞(2)	茄汁白旗片(1.5)	咕咾肉(2)
	蔥花蛋(0.5)	香菇麵輪(0.5)	白菜肉羹(0.5)	洋芹炒花枝(0.5)	小瓜魷魚(0.5)	絲瓜雞絲(0.5)	蔥燒茄子	南瓜肉末(0.5)	豆瓣素雞(0.5)	海根肉絲(0.5)	豆薯烤麩(0.5)	腐皮高麗(0.5)	小瓜雞片(0.5)	彩椒干片(0.5)
	大瓜肉片(0.5)	蝦皮蒲瓜	菇丁玉米	木須炒干絲(0.5)	椒鹽四季豆	紅人冬瓜	玉米肉末(0.5)	樹子龍鬚菜	木須鮮筍	嫩薑炒絲瓜	蝦皮大白菜	塔香茄子	醬燒雙結(0.5)	薑燒冬瓜
	炒蚵白菜	炒大陸妹	炒油菜	炒空心菜	炒高麗	炒青江菜	炒小白菜	炒高麗	炒蚵白菜	炒大陸妹	炒油菜	炒空心菜	炒油菜	炒地瓜葉
扁蒲湯	番茄湯	金針湯	薑絲冬瓜湯	大黃瓜湯	苦瓜湯	蘿蔔湯	扁蒲湯	豆薯絲湯	金針湯	大瓜湯	薑絲冬瓜湯	苦瓜湯	玉菜湯	
主食(碗)	1.2	1.0	1.2	1.0	1.0	1.0	1.2	1.0	1.0	1.0	1.0	1.2	1.0	1.0
豆魚蛋肉類(兩)	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5
蔬菜(碟)	1.3	2.9	2.2	2.6	2.9	2.9	1.8	2.9	2.2	2.8	2.5	2.1	2.9	2.8
油脂(湯匙)	1.3	1.3	1.3	1.5	1.5	1.3	1.5	1.3	1.3	1.3	1.3	1.5	1.3	1.5
水果(份)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
奶類(杯)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
熱量(大卡)	731.5	715.5	754	735	742.5	715.5	771	715.5	698	713	705.5	778.5	715.5	740
晚點	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1	藻康富*1
熱量(大卡)	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
總熱量	2222.5	2134.0	2243.5	2146.5	2228.5	2182.0	2179.5	2168.5	2148.5	2199.5	2191.5	2253.5	2185.0	2234.5