

沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人聖保祿醫院。111年第三季中央廚房菜單明細(普通飲食)

	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
	紅燒油豆腐(1.5)	筍香肉絲(1.5)	薑絲麵腸(1.5)	香蔥肉燥(1.5)	荷包蛋(1)	香滷油腐(1.5)	韭菜肉絲(1.5)	家常滷肉燥(1.5)	滷蛋(1)	滷豆包(1.5)	薑燒肉片(1.5)	醬燒麵腸(1.5)	菜園炒蛋(1)	毛豆干丁(1.5)
	什錦炒寬粉	紅絲炒芽菜	蒜香四季豆	紅絲大黃瓜	紫茄肉茸(0.5)	翠綠小瓜	薑絲南瓜	紅仁青花	海根炒肉絲(0.5)	小瓜玉筍	芝香海芽	豉汁青椒	蘿蔔肉燥(0.5)	紅絲大黃瓜
	炒油菜	炒蚵白菜	炒高麗菜	炒小白菜	炒油菜	炒大陸妹	炒小白菜	炒高麗菜	炒油菜	炒小白菜	炒蚵白菜	炒小白菜	炒大陸妹	炒青江菜
主食(份)	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.5	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0
魚肉豆蛋類(份)	1.5	1.5	1.5	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)	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
油脂(茶匙)	2.5	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	2.0	2.5	2.0	2.5	2.5	2.0	3.0	2.5
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)	485.0	462.5	462.5	485.0	507.5	462.5	497.5	485.0	462.5	485.0	485.0	462.5	507.5	485.0
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
	泡菜燒肉(2)	海南雞腿(2)	破布子鮮魚片(2)	黑胡椒豬扒(2)	脆皮炸雞(2)	醬燒魚球(2)	粉蒸排骨(2)	照燒棒腿(2)	沙茶魚丁(2)	蒜泥白肉(2)	咖哩雞(2)	香Q滷排(2)	味增雞排(2)	蒜茸蒸魚片(2)
	洋蔥炒蛋(0.5)	絲瓜麵線	雞絲拉皮(0.5)	魚板蒸蛋(0.5)	糖醋豆包(0.5)	木須三絲(0.5)	豆豉青椒干片(0.5)	滑嫩蒸蛋(0.5)	螞蟻上樹(0.5)	紅人炒蛋(0.5)	三色干丁(0.5)	蕃茄炒蛋(0.5)	香滷豆包(0.5)	玉米筍炒蛋(0.5)
	毛豆南瓜	塔香紫茄	三杯杏鮑菇	毛豆海帶結	乾煸四季豆	家常燻蘿蔔	清燒冬瓜	辣炒海茸	番茄炒洋蔥	香料拌洋芋	魚板燴大瓜	玉筍炒香菇	蒜香梗絲	紅燒洋芋
	炒小白菜	炒芥藍菜	炒大陸妹	炒青江菜	炒高麗菜	炒青江菜	炒油菜	炒青江菜	炒蚵白菜	炒大陸妹	炒芥藍菜	炒油菜	炒地瓜葉	炒蚵白菜
	海芽湯	蘿蔔湯	脆筍湯	海芽湯	大瓜湯	冬瓜湯	青木瓜湯	玉菜湯	脆筍湯	大瓜湯	金針湯	玉菜湯	冬瓜湯	脆筍湯
水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果
主食(份)	4.0	4.5	4.5	4.0	4.0	4.0	4.0	4.5	4.5	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0
魚肉豆蛋類(份)	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)	2.5	2.5	2.5	2.0	2.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	2.5	2.5	2.0	2.0
油脂(茶匙)	3.0	2.0	2.5	2.0	4.0	3.0	3.0	2.0	3.5	2.5	3.0	3.0	3.0	2.5
水果(份)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
奶類(杯)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
熱量(大卡)	725.0	715.0	737.5	667.5	757.5	725.0	712.5	702.5	770.0	702.5	725.0	725.0	712.5	690.0
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
	醬燒魚丁(2)	味噌豬肉片(2)	蔥爆雞丁(2)	茶香雞腿(2)	芝麻烤肉(2)	紅麴雞丁(2)	薑絲蒸白旗(2)	黑胡椒豬柳(2)	蔥油雞排(2)	椒鹽白旗片(2)	紅燒獅子頭(2)	義式香烤腿(2)	糖醋魚球(2)	台式燉肉(2)
	扁蒲炒肉絲(0.5)	魚香豆腐(0.5)	紅絲煎蛋(0.5)	蘿蔔肉茸(0.5)	玉米雞茸(0.5)	蔥花蒸蛋(0.5)	扁蒲炒蛋(0.5)	毛豆玉米(0.5)	鐵板豆腐(0.5)	彩椒肉絲(0.5)	火腿炒青花(0.5)	開陽白菜(0.5)	敏豆炒肉絲(0.5)	冬瓜雞茸(0.5)
	蒜香青花	木耳炒金菇	清燒冬瓜	番茄炒洋蔥	香炒胡瓜	蒜香青花菜	九層塔燒茄	家常炒大瓜	枸杞冬瓜	蘿蔔燒海結	塔香紫茄	香炒蒲瓜	薑絲南瓜	番茄炒洋蔥
	炒高麗菜	炒青江菜	炒油菜	炒地瓜葉	炒蚵白菜	炒大白菜	炒芥藍菜	炒大陸妹	炒青江菜	炒大白菜	炒高麗菜	炒青江菜	炒高麗菜	炒芥藍菜
金針湯	冬瓜湯	玉菜湯	青木瓜湯	金針湯	海芽湯	脆筍湯	金針湯	蘿蔔湯	玉菜湯	冬瓜湯	大瓜湯	海芽湯	蘿蔔湯	
主食(份)	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.5	4.0
魚肉豆蛋類(份)	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)	2.5	2.0	2.5	2.5	2.0	2.0	2.5	2.0	2.0	2.5	2.0	2.0	2.5	2.5
油脂(茶匙)	2.5	3.0	3.5	2.5	3.0	2.0	2.5	3.0	3.0	4.0	2.5	2.5	3.0	3.0
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)	642.5	652.5	687.5	642.5	652.5	607.5	642.5	652.5	652.5	710.0	630.0	630.0	700.0	665.0
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(大卡)	1952.5	1930.0	1987.5	1895.0	2017.5	1895.0	1952.5	1940.0	1985.0	1997.5	1940.0	1917.5	2020.0	1940.0

本餐廳提供生鮮豬肉產地：台灣

本餐廳提供豬肉加工製品產地：台灣、加拿大、丹麥、荷蘭、西班牙