

沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人聖保祿醫院。114年第四季中央廚房菜單明細(治療飲食)

	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四
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
	紅燒豆腐(1.5)	醬燒干片(1.5)	豆干炒肉絲(1.5)	香滷油豆腐(1.5)	肉末毛豆干丁(1.5)	蔥爆豆干(1.5)	干絲豬肉(1.5)	紅燒油豆腐(1.5)	洋葱肉絲(1.5)	滷黑干(1.5)	肉末豆干丁(1.5)	鮑菇雞丁(1.5)	醬燒干片(1.5)	紅絲炒蛋(1)
	珍菇黃瓜	清炒三絲	紅片大瓜	滷筍茸	紅片白花	豆豉蒸冬瓜	金菇大白	紅仁小瓜	紅絲高麗	鮮菇扁蒲	香油蘿蔔	清燒冬瓜	三色杏鮑菇	肉絲白花(0.5)
	炒高麗菜	炒青江菜	炒小白菜	炒地瓜葉	炒油菜	炒小白菜	炒油菜	炒青江菜	炒蚵白菜	炒小白菜	炒地瓜葉	炒油菜	炒高麗菜	炒青江菜
主食(碗)	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75
魚肉豆蛋類(兩)	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	2.5	2.0	2.0	2.0	2.0	2.5
油脂(湯匙)	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25
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)	433	433	433	433	433	433	433	433	445	433	433	433	433	445
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
	孜然烤棒腿(2)	蒜泥肉絲(2)	紅燒魚丁(2)	三杯雞(2)	家常滷肉(2)	蒜蓉蒸魚片(2)	紅燒雞丁(2)	蔥爆豬肉(2)	茄汁魚片(2)	油蔥雞排(2)	蔥燒豬排(2)	醬燒魚丁(2)	宮保雞丁(2)	香滷豬肉(2)
	紅絲炒蛋(0.5)	鮮蔬豆腐(0.5)	南瓜炒蛋(0.5)	蘿蔔燒腐(0.5)	白菜肉片(0.5)	青花炒肉絲(0.5)	木耳豆干絲(0.5)	玉米干丁(0.5)	洋葱炒蛋(0.5)	木耳炒肉絲(0.5)	醬燒百頁(0.5)	三杯豆干(0.5)	紅絲蒸蛋(0.5)	紫茄肉茸(0.5)
	家常悶蘿蔔	甜蔥炒番茄	白菜炒木耳	三絲豆芽	薑絲蒸冬瓜	三杯紫茄	紅片蒲瓜	木耳黃瓜	炒海茸	薑燒大黃瓜	敏豆紫茄	清炒三絲	雙色大白	紅片蒲瓜
	炒蚵白菜	炒福山萵苣	炒油菜	炒高麗菜	炒青江菜	炒福山萵苣	炒蚵白菜	炒地瓜葉	炒油菜	炒青江菜	炒蚵白菜	炒小白菜	炒地瓜葉	炒福山萵苣
	海芽湯	冬瓜湯	大瓜湯	蘿蔔湯	高麗菜湯	脆筍湯	冬瓜湯	海帶湯	冬瓜湯	蘿蔔湯	大瓜湯	玉菜湯	脆筍湯	冬瓜湯
主食(碗)	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75
魚肉豆蛋類(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)	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(湯匙)	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35
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)	521	521	521	521	521	521	521	521	521	521	521	521	521	521
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
熱量(大卡)	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
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
	清蒸魚片(2)	蔥爆雞丁(2)	回鍋肉片(2)	豆豉蒸魚片(2)	麻油雞丁(2)	蠔油肉片(2)	豆豉魚片(2)	香烤腿排(2)	香蔥豬肉片(2)	紅燒魚片(2)	滷雞腿(2)	打拋豬(2)	沙茶魚球(2)	紅燒雞丁(2)
	大瓜肉片(0.5)	三色炒蛋(0.5)	洋葱炒干絲(0.5)	番茄炒蛋(0.5)	蘿蔔油麵輪(0.5)	洋葱炒蛋(0.5)	蔥花蒸蛋(0.5)	扁蒲肉絲(0.5)	敏豆炒肉絲(0.5)	筍炒肉絲(0.5)	玉米蒸蛋(0.5)	小瓜肉片(0.5)	肉末蘿蔔煮(0.5)	玉米肉末(0.5)
	塔香海茸	枸杞冬瓜	醬燒紫茄	珍菇絲瓜	紅仁蒲瓜	大黃瓜炒鮮菇	雙色蘿蔔滷	紅蘿蔔炒高麗菜	枸杞絲瓜	白綠雙花	木耳炒小黃瓜	炒筍茸	西芹炒菇	紅片青花菜
	炒油菜	炒地瓜葉	炒蚵白菜	炒菠菜	炒蚵白菜	炒高麗菜	炒地瓜葉	炒福山萵苣	炒地瓜葉	炒高麗菜	炒高麗菜	炒青江菜	炒蚵白菜	炒小白菜
	脆筍湯	蘿蔔湯	高麗蛋花湯	海芽湯	味噌豆腐湯	白菜湯	大瓜湯	脆筍湯	高麗菜湯	小白菜蛋花湯	海芽湯	味噌豆腐湯	玉菜湯	大瓜湯
主食(碗)	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75
魚肉豆蛋類(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)	2.2	2.2	2.2	2.2	2.2	2.2	2.0	2.2	2.2	2.2	2.0	2.2	2.2	2.0
油脂(湯匙)	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35
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)	526	526	526	526	526	526	521	526	526	526	521	526	526	521
晚點	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾	蕉康富+蘇打餅乾
熱量(大卡)	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200
總熱量(大卡)	1,740	1,740	1,740	1,740	1,740	1,740	1,735	1,740	1,752	1,740	1,735	1,740	1,740	1,747