松之林餐盒工廠-.-大林素食.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1/1  星期一 | 1/2  星期二 | 1/3  星期三 | 1/4  星期四 | 1/5  星期五 |
| 元旦 | 香Q米飯  麻油杏鮑菇  山東什錦  滷海帶結  季節蔬菜  冬瓜湯 | 台式炒飯  荷包蛋  菇炒小黃瓜  三杯百頁  新鮮蔬菜  金針湯 | 香Q米飯  蒸 蛋  黑胡椒玉米  客家小炒  季節蔬菜  當歸麵線湯 | 香Q米飯  黑豆干  筍干福菜  紅蘿蔔炒蛋  當季蔬菜  古早味豆花 |
|  | 熱量:807大卡  醣類:53.0%  脂肪:29.6%  蛋白質:17.4% | 熱量:844大卡  醣類:50.8%  脂肪:30.9%  蛋白質:18.3% | 熱量:827大卡  醣類:53.0%  脂肪:29.9%  蛋白質:17.1% | 熱量:844大卡  醣類:50.8%  脂肪:30.9%  蛋白質:18.3% |
| 1/8  星期一 | 1/9  星期二 | 1/10  星期三 | 1/11  星期四 | 1/12  星期五 |
| 五穀飯  荷包蛋  山東白什錦  螞蟻上樹  季節蔬菜  香菇素羹湯 | 香Q米飯  醬燒豆腸  醬燒茄子  馬鈴薯燉素料  季節蔬菜  菜頭湯 | 素食炒麵  茶葉蛋  糖醋豆干  玉米奶酥  季節蔬菜  黃瓜湯 | 香Q米飯  蒸 蛋  紅燒豆腐  香菇高麗菜  季節蔬菜  玉米綜合湯 | 香Q米飯  玉米炒蛋  菜頭麵輪  炒海帶根  季節蔬菜  布丁奶茶 |
| 熱量:827大卡  醣類:53.0%  脂肪:29.9%  蛋白質:17.1% | 熱量:816大卡  醣類:52.5%  脂肪:30.3%  蛋白質:17.2% | 熱量:846大卡  醣類:50.0%  脂肪:31.9%  蛋白質:18.1% | 熱量:837大卡  醣類:50.5%  脂肪:31.2%  蛋白質:18.3% | 熱量:823大卡  醣類:53.7%  脂肪:29.0%  蛋白質:17.3 |
| 1/15  星期一 | 1/16  星期二 | 1/17  星期三 | 1/18  星期四 | 1/19  星期五 |
| 五穀飯  紅燒烤麩  麻婆豆腐  菇炒青花菜  季節蔬菜  玉米濃湯 | 香Q米飯  玉米炒蛋  泡菜河粉  桂竹燜輪  季節蔬菜  冬菜粉絲湯 | 玉米炒飯  紅蘿蔔炒蛋  炸杏鮑菇  山東白豆球  季節蔬菜  紫菜湯 | 香Q米飯  黑豆干  豆芽菜三絲  奶香咖哩  季節蔬菜  味噌豆腐湯 | 香Q米飯  醬燒豆腸  黑胡椒玉米  香菇炒小瓜  季節蔬菜  綠豆薏仁 |
| 熱量:844大卡  醣類:50.8%  脂肪:30.9%  蛋白質:18.3% | 熱量:865大卡  醣類:50.9%  脂肪31.1%  蛋白質:18.0% | 熱量:823大卡  醣類:53.7%  脂肪:29.0%  蛋白質:17.3 | 熱量:856大卡  醣類:51.3%  脂肪:30.5%  蛋白質:18.2% | 熱量:858大卡  醣類:51.4%  脂肪:30.4%  蛋白質:18.2% |

歡迎同學踴躍訂購服務電話05-6623754