

台東馬偕醫院-流質飲食

循環菜單輪數	早餐	午餐	晚餐	三點心	營養分析				
星期一	均衡營養品	玉米粒 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	冬瓜 去骨雞胸肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	14.0	6.6	42.2	284.4
					午餐	10.9	11.3	30.8	250.8
					晚餐	14.5	11.3	35.5	303.2
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	65.8	50.0	222.9	1588.4					
星期二	均衡營養品	地瓜 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	洋芋 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	13.6	10.3	43.72	284.0
					午餐	16.1	11.3	35.2	310.4
					晚餐	13.6	10.9	35.9	298.6
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	69.7	53.3	229.22	1643.0					
星期三	均衡營養品	青豆仁 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	紅蘿蔔 去骨雞胸肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	12.9	10.2	34.5	279.3
					午餐	17.0	11.3	36.6	310.7
					晚餐	14.5	11.3	35.5	303.2
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	70.8	53.6	221	1643.2					
星期四	均衡營養品	南瓜 去骨雞胸肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	大黃瓜 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	14.0	6.6	42.2	284.4
					午餐	14.9	11.3	35.1	303.6
					晚餐	15.0	11.3	38.0	315.7
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	70.3	50	229.7	1653.7					
星期五	均衡營養品	山藥 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	蕃茄 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	12.4	12.8	39.7	275.6
					午餐	13.8	11.0	37.1	304.4
					晚餐	14.9	11.3	37.5	313.2
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	67.5	55.9	228.7	1643.2					
星期六	均衡營養品	洋芋 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	芋頭 去骨雞胸肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	13.1	10.3	36.2	288.1
					午餐	15.3	11.3	34.4	303.5
					晚餐	15.1	11.1	35.0	303.5
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	69.9	53.5	220.0	1645.1					
星期日	均衡營養品	胡瓜 去骨雞胸肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	綠豆蒜 細絞肉 蛋 嬰兒麥粉 油 粉餡	均衡營養品	蛋白質 (g) 脂肪 (g) 醣類 (g) 熱量 (大卡)				
					早餐	12.9	10.2	34.5	279.3
					午餐	14.5	11.4	40.5	303.2
					晚餐	12.0	10.0	26.2	284.7
					三點心	26.4	20.8	114.4	750.0
合計	65.8	52.4	215.6	1617.2					