

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月29日 星期三

主食：古早味米粉 熱量：846 Kcal
主菜：香酥四角油腐 蛋白質：25.9 g
副菜：水果 脂肪：24.6 g
青菜：美味蘿蔓菜 醣類：133.1 g
湯：蘿蔔魚丸湯

日期：5月30日 星期四

主食：白米飯 熱量：849 Kcal
主菜：香烤鹹魚 蛋白質：23.9 g
副菜：螞蟻上樹 脂肪：24.9 g
副菜：青椒炒肉絲 醣類：136.6 g
青菜：培根高麗菜
湯：綠豆QQ湯

