

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：6月25日 星期二

主食：白米飯 熱量：839 Kcal  
主菜：沙茶豆包 蛋白質：27.6 g  
主菜：咖哩南瓜 脂肪：26.1 g  
副菜：鮮筍片炒木鬚 醣類：125.8 g  
青菜：鹹蛋高麗菜  
湯：香醇奶茶

日期：6月26日 星期三

主食：美味豆菜麵 熱量：849 Kcal  
主菜：土魷魚條 蛋白質：29.6 g  
副菜：巧克力小餐包 脂肪：27.3 g  
青菜：香蒜龍鬚菜 醣類：125.1 g  
湯：柴魚味噌豆腐湯

