

午餐菜色及營養成分分析

日期：9月10日 星期二

主食：山島香鬆飯 熱量：835 Kcal
主菜：香滷素雞 蛋白質：28.6 g
副菜：蘑菇醬米血 脂肪：24.9 g
副菜：菜脯洋蔥炒蛋 醣類：124.5 g
青菜：鮑菇高麗菜
湯：迷迭香羅宋湯

日期：9月11日 星期三

主食：香菇大滷麵 熱量：835 Kcal
主菜：甜辣醬雞排 蛋白質：28.3 g
副菜：馬蹄條 脂肪：25.3 g
青菜：薑絲油菜 醣類：126.8 g

