

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：9月25日 星期三

主食：家鄉味米粉  
副菜：鹽酥翅腿  
副菜：香滷油豆腐  
青菜：香蒜空心菜  
湯：冬瓜海結湯

熱 量：829 Kcal  
蛋白質：25.7 g  
脂 肪：26.8 g  
醣 類：124.6 g

日期：9月26日 星期四

主食：白米飯  
主菜：花瓜肉燥  
副菜：泰式醬冬粉  
副菜：水果  
青菜：蒜油地瓜葉  
湯：蘿蔔魚柳湯

熱 量：848 Kcal  
蛋白質：23.1 g  
脂 肪：24.0 g  
醣 類：138.8 g

