

午餐菜色及營養成分分析

日期：9月12日 星期三

主食：香菇大滷麵
主菜：甜辣醬雞排
副菜：甜心地瓜
青菜：薑絲油菜

熱 量：824 Kcal
蛋白質：29.0 g
脂 肪：25.7 g
醣 類：122.6 g

日期：9月13日 星期四

主食：蕎麥飯
主菜：蒜香安康魚丁
副菜：金菇雞絲拌筍
副菜：蟹味棒大黃瓜
青菜：蒜油地瓜葉
湯：四神排骨湯

熱 量：844 Kcal
蛋白質：26.0 g
脂 肪：23.1 g
醣 類：132.0 g

