

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：8月3日 星期四

主食：櫻花蝦鮮拌竹筍飯 熱量：848 Kcal  
主菜：香滷雞翅 蛋白質：30.3 g  
湯：蘿蔔排骨湯 脂肪：24.4 g  
副菜：椒鹽花枝丸 醣類：125.5 g  
青菜：蒜香油菜

日期：8月4日 星期五

主食：五穀米飯 熱量：848 Kcal  
主菜：花瓜肉燥 蛋白質：29.9 g  
副菜：客家小炒 脂肪：21.2 g  
副菜：水果 醣類：138.1 g  
副菜：高麗菜拌雞丁  
湯：山粉圓冬瓜茶

