

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：10月17日 星期二

主食：山島香鬆飯  
主菜：糖醋雞丁  
副菜：柴魚鱈味蒸蛋  
副菜：香滷蘿蔔雙結  
青菜：蒜油地瓜葉  
湯：紫米紅豆湯

熱 量：841 Kcal  
蛋白質：30.3 g  
脂 肪：24.9 g  
醣 類：123.2 g

日期：10月18日 星期三

主食：美味豆菜麵  
主菜：雞絲沙拉餐包  
副菜：香烤八寶丸  
青菜：香蒜萵苣  
湯：油泡味噌豆腐湯

熱 量：845 Kcal  
蛋白質：31.8 g  
脂 肪：24.0 g  
醣 類：129.4 g

