

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月7日 星期一

主食：白米飯	熱 量：839 Kcal
主菜：樹仔豆腐蒸魚	蛋白質：29.7 g
副菜：桂竹筍滷梅干菜	脂 肪：25.7 g
副菜：芥蘭炒香腸	醣 類：122.6 g
青菜：薑味小白菜	
湯：瓜仔雞湯	

日期：5月8日 星期二

主食：山島香鬆飯	熱 量：841 Kcal
主菜：醬燒豆包	蛋白質：28.7 g
副菜：泡菜炒蛋	脂 肪：22.9 g
副菜：五香滷馬鈴薯	醣 類：131.9 g
青菜：紅蘿蔔高麗菜	
湯：花豆薏仁甜湯	

