

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：5月25日 星期五

主食：小米飯 熱量：835 Kcal  
主菜：鳳梨苦瓜燒雞 蛋白質：22.4 g  
副菜：大黃瓜燴鳩蛋 脂肪：22.9 g  
副菜：沙茶芥蘭炒豬肝 醣類：135.1 g  
青菜：香蒜萵苣  
湯：桂花紅豆甜湯

日期：5月26日 星期六

主食：白米飯 熱量：837 Kcal  
主菜：花瓜肉燥 蛋白質：25.9 g  
副菜：咖哩麵輪南瓜 脂肪：21.7 g  
副菜：水果 醣類：139.0 g  
青菜：蔥醬地瓜葉  
湯：酸辣湯

