

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月30日 星期三

主食：沙茶炒米粉 熱量：833 Kcal
主菜：土魷魚丁 蛋白質：21.6 g
副菜：涼拌鴨掌小黃瓜 脂肪：24.9 g
青菜：爆皮扁魚白菜滷 醣類：133.8 g
湯：蘿蔔貢丸湯

日期：5月31日 星期四

主食：白米飯 熱量：832 Kcal
主菜：塔香鹽酥雞 蛋白質：26.5 g
副菜：五味花魷 脂肪：26.8 g
副菜：肉香菜豆 醣類：120.5 g
青菜：蒜味皇宮菜
湯：百香果紅茶

