

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月2日 星期三

主食：日式炒烏龍麵

熱 量：844 Kcal

副菜：炸豬排

蛋白質：27.9 g

副菜：日式關東煮

脂 肪：27.0 g

青菜：日式薑汁菠菜

醣 類：127.0 g

湯：柴魚味噌麵筋湯

