

午餐菜色及營養成分分析

日期：8月3日 星期三

主食：櫻花蝦鮮拌竹筍飯 熱量：848 Kcal
主菜：香滷雞翅 蛋白質：30.3 g
湯：蘿蔔排骨湯 脂肪：24.4 g
副菜：椒鹽花枝丸 醣類：125.5 g
青菜：蒜香油菜

日期：8月4日 星期四

主食：五穀米飯 熱量：845 Kcal
主菜：香酥柳葉魚 蛋白質：33.8 g
副菜：客家小炒 脂肪：20.8 g
副菜：高麗菜拌雞丁 醣類：130.0 g
青菜：香蒜地瓜葉
湯：山粉圓冬瓜茶

