

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：2月25日 星期四

主食：白米飯 熱量：802 Kcal  
主菜：黑椒醬香蔥佐雞 蛋白質：25.2 g  
副菜：宮保皮蛋 脂肪：27.4 g  
副菜：沙茶芥蘭貢丸 醣類：110.9 g  
青菜：薑味尼龍菜  
湯：冬瓜蛤蜊湯

日期：2月26日 星期五

主食：白米飯 熱量：949 Kcal  
主菜：紅蔥香菇肉燥 蛋白質：29.6 g  
副菜：水果 脂肪：23.2 g  
副菜：豆芽菜拌雞絲 醣類：163.0 g  
青菜：火腿高麗菜  
湯：酒釀紅豆湯圓

