

午餐菜色及營養成分分析

日期：3月7日 星期一

主食：白米飯 熱量：824 Kcal
主菜：皇帝豆滷肉 蛋白質：23.2 g
副菜：鹹酥芋頭絲 脂肪：24.9 g
副菜：蒲燒甜不辣 醣類：126.8 g
青菜：蒜香山茼蒿
湯：椰果綠茶

日期：3月8日 星期二

主食：白米飯 熱量：822 Kcal
主菜：宮保雞丁 蛋白質：29.1 g
副菜：金菇黃干絲 脂肪：23.9 g
副菜：沙茶芥蘭炒豬肝 醣類：122.8 g
青菜：香蒜豆芽菜
主食：蕃茄羅宋湯

