

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月10日 星期二

主食：薏仁飯 熱量：825 Kcal
主菜：紅糟雞 蛋白質：27.6 g
副菜：蠔油劍筍 脂肪：25.7 g
湯：龍鬚菜拌雞胗 醣類：119.9 g
青菜：薑味小白菜



日期：5月11日 星期三

副菜：米糕/肉燥 熱量：833 Kcal
副菜：小黃瓜片/魚鬆 蛋白質：24.3 g
副菜：香酥豆腐 脂肪：26.6 g
副菜：台式泡菜 醣類：125.3 g
湯：珍珠奶茶

