

午餐菜色及營養成分分析

日期：9月30日

星期五

主食：糙米飯

熱 量：836 Kcal

副菜：咖哩雞

蛋白質：29.0 g

副菜：沙茶高麗菜

脂 肪：22.2 g

青菜：雙色花椰菜

醣 類：129.5 g

水果：水果

湯：紫菜蛋花湯

