

午餐菜色及營養成分分析

日期：9月7日 星期三

主食：香菇大滷麵 熱 量：821 Kcal
主菜：匈牙利紅椒粉雞排 蛋白質：28.1 g
副菜：瓜瓜園地瓜 脂 肪：26.3 g
青菜：薑絲油菜 醣 類：121.5 g

日期：9月8日 星期四

主食：蕎麥飯 熱 量：826 Kcal
主菜：椒鹽安康魚丁 蛋白質：24.8 g
副菜：金菇雞絲拌筍/明月冰捲 脂 肪：24.2 g
副菜：醬燒高麗菜 醣 類：126.8 g
青菜：蒜油地瓜葉
湯：四神排骨湯

