

午餐菜色及營養成分分析

日期：3月7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



日期：3月8日 星期三

主食：肉羹麵線 熱量：838 Kcal
主菜：赤肉刈包 蛋白質：28.3 g
副菜：鴨掌小黃瓜 脂肪：25.4 g
青菜：蒜香A菜 醣類：126.6 g

