

午餐菜色及營養成分分析

日期：4月26日

星期三

主食：三彩炸醬麵

熱 量：842 Kcal

主菜：香滷翅腿

蛋白質：29.0 g

副菜：水果

脂 肪：26.6 g

青菜：蒜香青江菜

醣 類：124.2 g

湯：蘿蔔魚柳湯

日期：4月27日

星期四

主食：白米飯

熱 量：833 Kcal

主菜：破布子蒸魚

蛋白質：27.0 g

副菜：照燒甜不辣

脂 肪：20.8 g

副菜：高麗菜炒德國香腸

醣 類：134.0 g

青菜：豆菊炒油菜

湯：四神排骨湯

