午餐菜色及營養成分分析

日期：5月3日　　星期三

主食：希臘荷葉飯
主菜：舒瓦拉其雞肉
副菜：炸西葫蘆
副菜：麥瓜醬佐青蔬
湯　：希臘風味湯

熱　量：839 Kcal
蛋白質：24.8 g
脂　肪：24.5 g
醣　類：128.3 g

日期：5月4日　　星期四

主食：蕎麥飯
主菜：糖醋肉片
副菜：黃瓜燜魚柳
副菜：什錦白菜
青菜：蒜香A菜
湯　：味噌豆腐湯

熱　量：831 Kcal
蛋白質：28.9 g
脂　肪：22.6 g
醣　類：129.0 g