

午餐菜色及營養成分分析

日期：6月26日 星期一

主食：白米飯	熱 量：835 Kcal
主菜：花瓜肉燥	蛋白質：24.4 g
副菜：椒鹽洋芋絲	脂 肪：21.2 g
副菜：蜜柴魚甜不辣	醣 類：143.6 g
青菜：香蒜高麗菜	
湯：珍珠綠茶	

日期：6月27日 星期二

主食：台式炒米粉	熱 量：849 Kcal
主食：風味魚條	蛋白質：22.5 g
副菜：香烤花枝丸	脂 肪：22.8 g
青菜：蒜味萵苣	醣 類：141.2 g
湯：蘿蔔黑輪湯	

