午餐菜色及營養成分分析

日期：8月25日　　星期五

主食：胚芽米飯
主菜：椒鹽魚丁
副菜：蘿蔔絲炒鹹蛋
副菜：冬瓜滷麵輪
青菜：芙蓉絲瓜
湯　：紫米花豆甜湯

熱　量：831 Kcal
蛋白質：25.0 g
脂　肪：21.5 g
醣　類：132.9 g

日期：8月30日　　星期三

湯　：什錦麵疙瘩
主菜：烤滿漢香腸
副菜：香酥四角油腐
副菜：雲頂泡菜
湯　：虱目魚皮湯

熱　量：825 Kcal
蛋白質：28.9 g
脂　肪：24.6 g
醣　類：125.4 g