

午餐菜色及營養成分分析

日期：1月16日 星期二

主食：薏仁飯 熱量：842 Kcal
主菜：花生可樂豬腳 蛋白質：28.0 g
主菜：蜜汁柴魚南瓜 脂肪：22.9 g
副菜：醋溜雙耳 醣類：130.3 g
青菜：蒜味高麗菜
湯：金桔檸檬茶

日期：1月17日 星期三

主食：廣東粥 熱量：836 Kcal
副菜：香蔥醬滷雞翅 蛋白質：27.3 g
副菜：金黃銀絲卷 脂肪：25.8 g
青菜：蒜香萵苣 醣類：124.7 g

