

午餐菜色及營養成分分析

日期：4月23日 星期二

主食：小米飯 熱量：835 Kcal
主菜：芋頭滷豬腳 蛋白質：25.5 g
副菜：客家小炒 脂肪：25.5 g
副菜：榨菜炒雞絲 醣類：126.8 g
青菜：蒜香空心菜
湯：奇亞籽洛神花茶

日期：4月24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

