

午餐菜色及營養成分分析

日期：3月7日 星期五

主食：五穀米飯	熱 量：827 Kcal
主菜：咖哩雞	蛋白質：24.9 g
副菜：蛋餃冬粉	脂 肪：19.4 g
副菜：水果	醣 類：138.1 g
青菜：蒜香花椰菜	
湯：芥菜香菇雞湯	



日期：3月10日 星期一

主食：鯉魚香鬆飯	熱 量：848 Kcal
主菜：糖醋肉絲	蛋白質：27.2 g
副菜：香滷筍干	脂 肪：22.1 g
副菜：關東煮	醣 類：134.0 g
青菜：紅蘿蔔高麗菜	
湯：波霸奶茶	

