

午餐菜色及營養成分分析

日期：4月1日 星期二

主食：蕎麥飯	熱 量：825 Kcal
主菜：醋溜雞丁	蛋白質：28.1 g
主食：蘑菇醬油豆腐	脂 肪：23.8 g
副菜：水果	醣 類：122.9 g
青菜：培根高麗菜	
湯：虱目魚皮魚丸湯	



日期：4月2日 星期三

主食：蔬菜養生肉末粥	熱 量：829 Kcal
主菜：香烤鹹魚	蛋白質：28.9 g
副菜：黑糖饅頭	脂 肪：25.1 g
青菜：蒜味山茼蒿	醣 類：126.9 g

