午餐菜色及營養成分分析

日期：5月13日　　星期二

主食：小米飯
主菜：蘿勒沙茶雞
副菜：海茸雞絲
副菜：五味蘭花干豆芽菜
青菜：蒜香菜豆
湯　：冬菜粉絲湯

熱　量：842 Kcal
蛋白質：26.2 g
脂　肪：27.5 g
醣　類：122.4 g

日期：5月14日　　星期三

主食：炸醬麵
副菜：韓式炸雞
副菜：韓式魚板
主食：泡菜
湯　：豆腐蛋湯

熱　量：842 Kcal
蛋白質：29.8 g
脂　肪：24.7 g
醣　類：128.1 g