

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月27日 星期二

主食：白米飯
主菜：脆瓜肉燥
副菜：肉香石篙筍
主食：蒜香高麗菜
副菜：水果
湯：蕃茄木耳蛋花湯

熱 量：823 Kcal
蛋白質：27.4 g
脂 肪：25.4 g
醣 類：130.1 g

日期：5月28日 星期三

主菜：臘味煲仔飯
主菜：港式油雞
主菜：蘿蔔糕
主菜：青江菜
湯：芋頭西米露

熱 量：832 Kcal
蛋白質：22.8 g
脂 肪：25.3 g
醣 類：127.6 g

