

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月5日 星期一

主食：白米飯	熱 量：834 Kcal
主菜：高昇排骨	蛋白質：23.0 g
副菜：香酥茄子	脂 肪：21.6 g
副菜：香菇炒高麗菜	醣 類：137.6 g
青菜：薑絲油菜	
湯：薏仁糙米漿	



日期：5月6日 星期二

主食：薏仁飯	熱 量：837 Kcal
主菜：紅糟雞	蛋白質：28.6 g
副菜：蠔油劍筍	脂 肪：21.4 g
主食：香鬆洋芋	醣 類：131.4 g
青菜：蒜味茼蒿	
湯：蘿蔔黑輪湯	

