

午餐菜色及營養成分分析

日期：6月10日 星期二

副菜：白米飯	熱 量：847 Kcal
主菜：酸菜鴨	蛋白質：22.9 g
副菜：培根高麗菜	脂 肪：28.2 g
副菜：玉米炒毛豆	醣 類：125.8 g
青菜：薑絲尼龍菜	
湯：綠豆湯	



日期：6月11日 星期三

主食：香腸炒飯	熱 量：840 Kcal
主菜：蒜味丁香魚	蛋白質：25.2 g
副菜：四季豆拌雞絲	脂 肪：25.3 g
青菜：什錦大白菜	醣 類：124.5 g
湯：冬瓜魚丸湯	

