

午餐菜色及營養成分分析

日期：6月12日 星期四

主食：白米飯	熱 量：824 Kcal
主菜：香菇蒜頭燜雞	蛋白質：18.4 g
副菜：蠔油粉絲	脂 肪：30.0 g
副菜：肉醬空心菜	醣 類：119.9 g
青菜：魚板高麗菜	
湯：蕃茄羅宋湯	



日期：6月13日 星期五

主食：紫米飯	熱 量：826 Kcal
主菜：紹興酒滷豬腳	蛋白質：27.1 g
副菜：三色蒸蛋	脂 肪：22.5 g
副菜：雙色花椰	醣 類：127.6 g
青菜：紅麵線絲瓜	
湯：仙楂烏梅湯	

