

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：6月2日 星期一

主食：鯉魚香鬆飯 熱量：825 Kcal  
主菜：泡菜雞 蛋白質：26.9 g  
副菜：蕃茄炒蛋 脂肪：25.4 g  
副菜：芝麻醬佐鮮蔬 醣類：120.9 g  
青菜：紅蘿蔔炒高麗菜  
湯：味噌豆腐湯

日期：6月3日 星期二

主食：白米飯 熱量：825 Kcal  
主菜：蘑菇醬洋蔥豬柳 蛋白質：24.0 g  
副菜：涼拌海帶根 脂肪：24.2 g  
副菜：五味茄子 醣類：126.7 g  
青菜：蒜味A菜  
湯：白木耳蓮子甜湯

