

午餐菜色及營養成分分析

日期：6月24日 星期二

主食：蕎麥飯 熱量：828 Kcal
主菜：三杯雞 蛋白質：27.0 g
副菜：茄汁豆干丁 脂肪：26.2 g
副菜：小黃瓜拌雞捲 醣類：120.3 g
青菜：薑絲油菜
湯：青菜蛋花湯

日期：6月25日 星期三

主食：台式炒米粉 熱量：846 Kcal
主菜：風味魚條 蛋白質：24.4 g
副菜：香烤花枝丸 脂肪：27.0 g
青菜：蒜味萵苣 醣類：129.0 g
湯：黃瓜貢丸湯

