

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月21日

星期三

主食：白米飯

熱 量：848 Kcal

主菜：打拋豬

蛋白質：28.3 g

主菜：蔥油餅

脂 肪：25.8 g

副菜：魚露青木瓜

醣 類：132.4 g

青菜：芥蘭拌雞絲

湯：酸辣湯

日期：5月22日

星期四

主食：白米飯

熱 量：830 Kcal

主菜：香酥鯛魚片

蛋白質：25.8 g

副菜：螞蟻上樹

脂 肪：24.8 g

副菜：洋芋炒肉絲

醣 類：125.3 g

青菜：蒜香A菜

湯：青菜豆腐湯

