

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：3月8日 星期三

主食：高麗菜雞茸粥  
主菜：蔥燒排骨  
副菜：金黃銀絲卷  
青菜：薑味油菜

熱 量：836 Kcal  
蛋白質：23.8 g  
脂 肪：25.5 g  
醣 類：128.5 g

日期：3月9日 星期四

主食：蕎麥飯  
主菜：蔥油醬蒸魚  
副菜：酸菜炒木耳肉絲  
副菜：高麗菜拌雞捲  
青菜：蒜香A菜  
湯：香醇奶茶

熱 量：826 Kcal  
蛋白質：26.2 g  
脂 肪：22.0 g  
醣 類：130.3 g

