

午餐菜色及營養成分分析

日期：4月5日 星期三

主食：客家炒粿條
主菜：土魷魚條
副菜：芝麻紅豆丸
青菜：香蒜萵苣
湯：筍干豬腸酸菜湯

熱 量：827 Kcal
蛋白質：27.9 g
脂 肪：25.4 g
醣 類：124.8 g

日期：4月6日 星期四

主食：白米飯
主菜：香菇筍燜雞
副菜：豆瓣醬米血
副菜：彩椒皮蛋
青菜：薑味油菜
湯：百香果Q茶

熱 量：829 Kcal
蛋白質：27.4 g
脂 肪：26.1 g
醣 類：119.9 g

