

午餐菜色及營養成分分析

日期：12月29日 星期五

主食：白米飯

熱 量：821 Kcal

主菜：花瓜肉燥

蛋白質：29.6 g

副菜：三色蛋

脂 肪：20.3 g

副菜：水果

醣 類：136.1 g

青菜：香鬆青花菜

湯：暖暖燒仙草

