

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：3月25日 星期五

主食：白米飯 熱量：833 Kcal  
主菜：宮保四角油豆腐 蛋白質：26.7 g  
副菜：滷海結杏鮑菇香菇朵 脂肪：25.3 g  
副菜：麵線絲瓜 醣類：124.6 g  
青菜：雙色花椰  
湯：酸辣湯

日期：3月28日 星期一

主食：白米飯 熱量：836 Kcal  
主菜：沙茶肉片 蛋白質：28.8 g  
副菜：醬燒豆干片 脂肪：24.5 g  
副菜：五味花魷 醣類：124.9 g  
青菜：蒜油地瓜葉  
湯：珍珠綠茶

