

午餐菜色及營養成分分析

日期：4月27日 星期三

主食：什錦烏龍炒麵 熱量：828 Kcal
主菜：烤椒鹽花枝丸 蛋白質：26.8 g
副菜：醋溜海帶根 脂肪：24.8 g
青菜：蒜油萵苣 醣類：127.5 g
湯：小白菜下水湯

日期：4月28日 星期四

主食：白米飯 熱量：839 Kcal
主菜：椒鹽喜相逢 蛋白質：23.3 g
副菜：糖醋甜不辣 脂肪：23.5 g
副菜：香滷筍干 醣類：139.1 g
青菜：美味蘿蔓菜
湯：地瓜雙湯圓

