

午餐菜色及營養成分分析

日期：4月17日 星期三

主食：家鄉味米苔目
主菜：宮保白魷魚
副菜：榨菜四季豆
青菜：蒜油空心菜
湯：蘿蔔赤肉羹湯

熱 量：841 Kcal
蛋白質：25.3 g
脂 肪：24.4 g
醣 類：133.9 g

日期：4月18日 星期四

主食：白米飯
主菜：蔥燒鴨肉
副菜：肉香石篙筍
副菜：水果
青菜：蛋酥高麗菜
湯：瓢瓜魚丸湯

熱 量：828 Kcal
蛋白質：25.3 g
脂 肪：25.4 g
醣 類：123.4 g

