

午餐菜色及營養成分分析

日期：5月21日 星期一

主食：紫米飯 熱量：834 Kcal
主菜：桶筍滷豬腳 蛋白質：25.3 g
副菜：香酥茄子 脂肪：23.0 g
副菜：油菜拌雞胗 醣類：130.3 g
青菜：麵線絲瓜
湯：檸檬山粉圓

日期：5月22日 星期二

主食：白米飯 熱量：826 Kcal
主菜：黑椒醬豆腸 蛋白質：27.1 g
副菜：香菇蒸蛋 脂肪：24.8 g
副菜：金沙杏鮑菇 醣類：125.4 g
青菜：蒜香高麗菜
湯：迷迭香羅宋湯

