

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：1月29日      星期五

主食：麥片飯

熱 量：847 Kcal

主菜：牛蒡麻油雞

蛋白質：25.2 g

副菜：肉羹白菜

脂 肪：26.4 g

副菜：梅香南瓜

醣 類：121.8 g

青菜：培根高麗菜

湯：黃金蜆湯

