

## 午餐菜色及營養成分分析

日期：4月12日 星期二

主食：胚芽米飯	熱 量：823 Kcal
主菜：栗子燒雞	蛋白質：28.3 g
副菜：客家小炒	脂 肪：26.6 g
副菜：青椒拌香腸	醣 類：116.5 g
青菜：鮮菇大白菜	
湯：大黃瓜魚柳湯	

日期：4月13日 星期三

主食：鍋燒意麵	熱 量：848 Kcal
主菜：小黑輪條/魚餃	蛋白質：25.2 g
副菜：珍珠魚丸/烏蛋	脂 肪：27.2 g
青菜：喜兔包	醣 類：129.5 g

