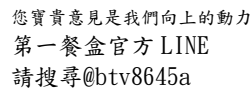




營養師：陳品靜(營養字第 005184 號)



木柵國中

日期	週	主食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯品		全蛋 個/份	雞蛋 個/份	蔬菜 克/份	海帶 克/份	熱量 /大卡	鈣質 /mg
1	四	咖哩烏龍麵 烏龍麵、高麗菜	★日式厚切炸豬排 X1 豬排(炸)	咖哩雞蓉醬 雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔(炒)	香菇大根燒 香菇、蘿筍(煮)	有機蔬菜	和風味噌湯 蔬菜、豆腐		6.5	2.5	2	3	828	301
清														