

# 普台國民小學112年01月23日至112年01月29日菜單

日期	1月23日		1月24日		1月25日		1月26日		1月27日		1月28日		1月29日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六		星期日	
早餐														
午餐														
水果														
點心														
晚餐														
														玉米炒飯 1.5碗
														日式壽喜燒 55g
														花芝雙拼 1份
														油菜 50g
														蘿蔔玉米湯 1碗
水果														當令水果 一份
營養成份分析														
蛋白質		g		g		g		g		g		g	13.8	g
脂肪		g		g		g		g		g		g	17.1	g
醣類		g		g		g		g		g		g	58.6	g
熱量		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	443	Kcal



