

中

		肉糜30g, 鸡蛋60g	
		糖水菠萝20g, 咕咾肉65g, 番茄酱7g	
		芹菜80g, 肉丝15g	
		时蔬100g	
		大米75g	
		笋丝5g, 鸡蛋10g, 老豆腐25g, 肉丝5g	
		巴沙鱼110g	
		牛肉饼1块, 汉堡面包1只, 番茄沙司1包	
		鸡蛋1只	
		时蔬100g	
		肉糜15g, 胡萝卜10g, 西芹5g, 洋葱10g, 意大利面65g, 番茄酱15g	
		大白菜25g, 贡丸10g	