

✓  
14/10



# 「營」人大廚菜單

菜單名稱：菠菜豆腐湯

菜式簡介

材料：菠菜、嫩豆腐、紅蘿蔔、蛋和水

所包含的營養素：維他命A、C、B6、B12、鐵、鈣、鎂、蛋白質、鈉、鉀

主要功用：保護眼睛、血管、骨骼和牙齒

設計草圖

