

竹東地區農會

班員：李秋香、詹金花、彭秀足

1 人份

熱 量	粗蛋白	粗脂肪	碳水化合物	鈉
304.83 (kcal)	22.67 (g)	14.58 (g)	20.67 (g)	762.17 (mg)



洋蔥小船盛滿香甜
的米飯滿載農人
豐收的喜悅
在筍香白玉塔上
聞著綠竹筍的清香
綠鬍子老爺爺不由得
笑了
吃旺旺來肉捲
好運一定旺旺來
結合山產筍泥與海產
魚羹形成山與海的對
話

桃園市農會

班員：邵玉潔、黃素貞、陳碧玉

1 人份



熱 量	粗蛋白	粗脂肪	碳水化合物	鈉
595.17 (kcal)	39.16 (g)	20.50 (g)	59.84 (g)	1,996.66 (mg)