



營養師：陳芝庭(營養字第6651號)
食材以符合三章一Q為原則。

♥黃豆是良好的植物性蛋白質的來源，其製品有豆干、豆腐、豆包…等；另外黃豆植株也是增加土壤肥沃度的優良綠肥作物。

★油炸 ▲麵製品或再製品 ●豆製品 *過敏原