

居家健康早餐表

平林 年 班 姓名： 日期： 月 日 星期：

主食：

蛋白質：

蔬菜：

油脂：

水果：

奶類：

居家健康早餐表

平林 年 班 姓名： 日期： 月 日 星期：

主食：

蛋白質：

蔬菜：

油脂：

水果：

奶類：

居家健康早餐表

平林 年 班 姓名： 日期： 月 日 星期：

主食：

蛋白質：

蔬菜：

油脂：

水果：

奶類：