



5 月 26 日 西式早餐



5 月 26 日中式早餐



5 月 26 日午餐

肉類的分解過程中易產生自由基，是癌症、心血管疾病的成因
而蔬果食物是可以清除自由基，降低感染風險



5 月 26 日晚餐 鍋燒麵食



5 月 26 日晚餐 異國美食



5 月 26 日晚餐 地方小吃

