



8月29日 西式早餐



8月29日 中式早餐



8月29日 午餐

肉食多了，體質也會較逞酸性，也容易造成
 皮脂旺盛，皮膚也會較油膩等肌膚問題
 然而蔬果多了，除了排毒之外，皮膚也較不會暗沉

8月29日 午餐



8月29日 晚餐 鍋燒麵食



8月29日 晚餐 異國美食



8月29日 晚餐 地方小吃



8月29日 晚餐 風味快餐

