

➤ **114/05/26(一) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
豬肉餡餅	200kcal/顆	煎虱目魚肚	134kcal/片	月亮蝦餅	234kcal/整片
蔥抓餅	487kcal/整片				
現煎蛋	120kcal/顆	牛井	272kcal	蒲燒鰻	295kcal
火腿片	167kcal				
煎德式香腸	198kcal/根	烤腿排	98kcal/塊	綠咖哩雞	270kcal
地瓜粥	120kcal/碗	冰糖蹄膀	324 kcal	蒜泥肉片	348kcal
白粥	330kcal/碗	蒜泥軟絲	105kcal	烤法式羊排	270kcal
白飯	98kcal/碗				
紅燒豆腐	140kcal	起士炒蛋	233kcal	季節時蔬	60~100kcal
珍珠丸	59kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
青花菜炒蝦仁	112kcal	季節時蔬	60~100kcal	鳳梨苦瓜雞湯	73kcal/碗
吻仔魚炒蛋	182kcal	油飯	415kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	排骨酥湯	82kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **114/05/27(二) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
現煎鍋貼	68kcal/顆	現煎松坂豬	374kcal	蒸魚	280kcal
法式吐司	203kcal/片 (含 6g 蜂蜜)				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	茄汁牛肉片	240kcal	麻辣燙	218kcal
火腿片	167kcal				
現煎墨西哥腿排	152kcal/75g/整片	烤魚	279kcal	烤法式豬排	172cal/支
皮蛋雞絲粥	120kcal/碗	親子丼	147kcal	肉燥燜苦瓜	159kcal
白飯	330kcal/碗	火腿炒蛋	207kcal	洋菇炒蛋	176kcal
白粥	98kcal/碗				
蜜汁棒腿	185kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
滷豆包	56kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
櫛瓜炒蝦仁	108kcal	泰式炒麵	262kcal	酸菜肉片湯	110kcal
蔥蛋	215kcal	蘿蔔排骨湯	70kcal		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜	(依現場標示)				
肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/05/28(三) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
蛋餅	362kcal/整片	現煎牛排	137kcal/片	日式咖哩豬	193kcal
蔥抓餅	487kcal/整張				
現煎蛋	120kcal/顆	紅醬海鮮貝殼麵	196kcal	烤香腸	159kcal/支
火腿片	167kcal				
德式香腸	198kcal/根	烤雞腿排	157kcal	白酒燉雞肉	186kcal
海鮮粥	123kcal/碗	黑胡椒豬柳	236kcal	蒸魚	201kcal
白飯	330kcal/碗	起士炒蛋	233kcal	麻婆豆腐	124kcal
白粥	98kcal/碗				
小籠湯包	45kcal/顆	西芹沙拉	淋醬 45kcal/10g	季節時蔬	60~100kcal
蒜苗炒鹹豬肉	331kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
小黃瓜炒雞絲	130kcal	明太子鮭魚炒飯	190kcal	海鮮味噌湯	77kcal/碗
韭菜花炒蛋	185kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	南瓜香腸濃湯	192kcal/碗		
鹹蛋	65kcal/半顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/05/29(四) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	香煎鴨胸佐沙沙醬	202kcal	肉粽	依現場標示
鐵板麵	190kcal				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	肉粽	依現場標示	蒜泥小卷	80kcal
火腿片	167kcal				
現煎菲力雞排	160kcal	蚵蛋	150kcal	三杯魚片	187kcal
廣東粥	117kcal/碗	孜然羊腿	149kcal	咖哩豬肉	193kcal
白飯	330kcal/碗	檸檬香料雞胸	162kcal	蟹肉炒蛋	182kcal
白粥	98kcal/碗				
紫米珍珠丸	56kcal/顆	醬燒大蝦	108kcal	季節時蔬	60~100kcal
燻雞炒菇	79kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	季節時蔬	60~100kcal	黃瓜蛤蠣湯	25kcal/碗
香菇蒸蛋	60kcal	甜湯	-		
水煮蛋(低脂)	75kcal/顆				
季節時蔬(低油)	60~100kcal	何首烏排骨湯	64kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/05/30(五) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
現煎鍋貼 法式吐司	68kcal/顆 203kcal/片 (含 6g 蜂蜜)	現煮牛肉麵	470kcal/碗(含湯)	沙茶牛肉	249kcal
現煎荷包蛋 培根片	120kcal/顆 275kcal	肉粽	依現場標示	烤肋排	265kcal
現煎小熱狗	50kcal/根	迷迭香烤雞	98kcal/塊	親子丼	200kcal
蛤蜊鮮蚵粥	118kca/碗	紅咖哩炒豬肉	220Kcal	酥炸魚米花	362kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	糖醋魚	252Kcal	香菇蒸蛋	60kcal
櫛瓜炒肉末	128kcal	金沙杏鮑菇	128kcal	季節時蔬	60~100kcal
檸檬烤翅	125kcal/支	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
珍珠丸	59kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	菜頭滷	129kcal/碗
菜脯蛋 水煮蛋	215kcal 75kcal/顆	虱目魚丸湯	112kcal/5 顆/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/05/31(六) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
蛋餅 蘿蔔糕	362kcal/整片 115kcal/塊	肉粽	依現場標示	肉粽	依現場標示
現煎蛋 火腿片	120kcal/顆 167kcal	烤肉排	126kcal	油雞腿	204kcal/支
現煎墨西哥腿排	152kcal/75g/整片	日式照燒雞丁	218kcal	滷牛腱	166kcal
香菇肉絲粥	157kcal/碗	酥炸茄子	191kcal	醬炒鴨肉	283kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	蟹肉蒸蛋	60kcal	三色蛋	147kcal
燻雞炒豆芽	100kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
小籠湯包	45kcal/顆	餛飩湯	23kcal/顆	鮮魚味噌湯	102kcal/碗
洋菇炒蛋 水煮蛋	176kcal 75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/06/01(日) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
現做飯糰	214kcal	豆芽炒肉片	207kcal	日式烤小腿	48kcal/支
蛋餅	362kcal/整片				
現煎蛋	120kcal/顆	咖哩雞肉	193kcal	蒜蓉扇貝	130kcal
火腿片	167kcal				
現煎小熱狗	50kcal/根	檸檬蝦	108kcal	紅咖哩炒牛肉	220kcal
白飯	330kcal/碗	韓式辣雞翅	196kcal/支	塔香櫻花蝦炒蛋	196kcal
白粥	98kcal/碗				
檸檬烤翅	125kcal/支	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
茄汁豆包	150kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
酥炸薯餅	300kcal/個	綠咖哩炒飯	187kcal	花枝炒麵	109kcal
起士炒蛋	233kcal	剝皮辣椒雞湯	61kcal/碗	鮮魚湯	40kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/06/02(一) ※因應每日市場採購狀況，本餐廳保留異動菜單之權利**

※熱量預估未標記份量時，以可食重量 **100** 公克計，隨烹調方式、食材不同而有所變化。※標準碗九分滿~平碗 **180-200ml(g)**。

早餐	kcal/100g(份)	午餐	kcal/100g(份)	晚餐	kcal/100g(份)
現煎鍋貼	68kcal/顆	現煎頸花肉	374kcal	蒸魚	216kcal
蔥抓餅	487kcal/整片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	馬鈴薯燉雞	180kcal	滷肉排	126kcal
火腿片	167kcal				
煎豆包	99kcal/根	烤羊排	270kcal	紅酒燉牛肉	112kcal
牛肉滑蛋粥	160kcal/碗	蘆筍炒蝦仁	112kcal	三杯小卷	132kcal
白粥	330kcal/碗	茄汁豆包	150kcal	烤香腸	159kcal
白飯	98kcal/碗				
沙茶肉片	260kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
燒賣	翡翠 60kcal/顆 蟹黃 46kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
烤薯塊	77kcal	臘味飯	390kcal/碗	蒜頭蛤蜊雞湯	62kcal/碗
蔥蛋	215kcal	蘿蔔玉米排骨湯	95kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				