

➤ 114/07/07(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	現煎骰子牛	297kcal	藥燉羊肉	183kcal
現煎豆包	170kcal/個				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	烤犬牙南極魚	312kcal	咖哩雞	193kcal
培根片	340kcal				
現煎德式香腸	180kcal/根	豬肉丼	218kcal	烤肋排	265kcal
香菇肉末粥	133kcal/碗	蒜泥雞丁	167kcal	三杯豆包	226kcal
白飯	330kcal/碗	酥炸花枝蝦排	196kcal/片	蘭花蚌炒蛋	121kcal
白粥	98kcal/碗				
照燒洋蔥豬	258kcal	干貝蒸蛋	60kcal	季節時蔬	60~100kcal
燒賣	蟹黃 46kcal/顆 翡翠 60kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
檸檬烤翅	125kcal/支	季節時蔬	60~100kcal	蒜頭蛤蜊雞湯	62kcal/碗
蔥炒蛋	215kcal	油飯	378kcal/碗		
水煮蛋	75kcal				
季節時蔬	60~100kcal	冬瓜排骨湯	74kcal/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)				

➤ 114/07/08(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)
現煎蛋餅	113kcal/小片	香煎鴨胸佐沙沙醬	202kcal	醬冬瓜蒸石斑	86kcal
豬肉餡餅	200kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	酥炸軟殼蝦	298kcal	宮保雞丁	220kcal
火腿片	170kcal				
現煎小熱狗	50kcal/根	親子丼	200kcal	紅燒燉肉	167kcal
魚片粥	129kcal/碗	烤豬棒腿	218kcal/支	醬烤軟絲	135kcal
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	火腿炒蛋	207kcal	三色蒸蛋	83kcal
小籠湯包	45kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
甜椒炒牛肉	236kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
烤薯塊	77kcal	沙茶牛肉炒麵	272kcal	蘿蔔排骨湯	70kcal/碗
起司炒蛋	233kcal	鮭魚味噌湯	83kcal/碗		
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・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/09(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)
現煎雞蛋豆腐	115kcal/塊	現煎牛排	137kcal/片	味噌照燒雞腿	159kcal/隻
現煎蔥抓餅	487kcal/整片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	龍蝦奶油義大利麵	184kcal	滷牛雙寶	130kcal
培根片	340kcal				
現煎菲力雞排	160kcal	酥炸土魷魚	312kcal	蒜蓉蒸蝦	144kcal
地瓜粥	120kcal/碗	咖哩豬	212kcal	泰式檸檬香茅魚	285kcal
白粥	330kcal/碗	焗烤培根馬鈴薯	181kcal	肉末蒸蛋	82kcal
白飯	98kcal/碗				
蝦仁腸粉	77kcal/個	凱薩雞肉沙拉	淋醬 34kcal/10g	季節時蔬	60~100kcal
韭菜花炒雞絲	177kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	櫻花蝦鮭魚炒飯	190kcal/碗	山藥排骨湯	88kcal/碗
菜脯蛋	233kcal	番茄龍蝦湯	63kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
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)				

➤ 114/07/10(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)
現煎蘿蔔糕	115kcal/塊	鐵板海鮮總匯	160kcal	紅燒豬肉	167kcal
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅咖哩牛肉	220kcal	蒜香比目魚	250kcal
火腿片	170kcal				
現煎豆包	170kcal/個	清蒸魚	122kcal	豆乳雞	279kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	蜜汁排骨	297kcal	藥燉羊腿	183kcal
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	安東燉雞	208kcal	南瓜海鮮豆腐煲	160kcal
燒賣	蟹黃 46kcal/顆 翡翠 60kcal/顆	蛤蜊蒸蛋	60kcal	季節時蔬	60~100kcal
蜜汁棒腿	215kcal/支	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
紅燒豆腐	140kcal	季節時蔬	60~100kcal	醬冬瓜蛤蜊雞湯	49kcal/碗
起司炒蛋	233kcal	銀耳紅棗桂圓湯	60~90kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時	60~100kcal	酸菜鴨肉湯	65kcal/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)				

➤ 114/07/11(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)
現煎豆包	170kcal/個	海鮮刀削麵	361kcal/碗	蒜香奶油比目魚	250kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	清蒸石斑魚	104kcal	泡菜鴨肉	243kcal
培根片	340kcal				
現煎德式香腸	180kcal/根	白玉燉羊腿	258kcal	酥炸軟殼蝦	298kcal
魚肚粥	135kcal/碗	咖哩雞	193kcal	紅燒豬肉	167kcal
白飯	330kcal/碗	香菇滷腳筋	157kcal	蚵蛋	190kcal
白粥	98kcal/碗				
烤雞腿排	152kcal/片	三色蛋	83kcal	季節時蔬	60~100kcal
甜豆炒花枝	129kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
酥炸薯餅	200kcal/個	季節時蔬	60~100kcal	關東煮	137kcal/碗
叻仔魚炒蛋	205kcal	竹筍排骨湯	76kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋					
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)				

➤ 114/07/12(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)
現煎蔥抓餅	122kcal/小片	綠咖哩豬肉	206kcal	烤法式豬排	172cal/支
現做飯糰	214kcal				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	金沙中卷	198kcal	蒸魚	104kcal
火腿片	170kcal				
現煎豬排	216kcal/片	焗烤龍蝦	138kca/半隻	麻油松阪豬	336kcal
地瓜粥	120kcal/碗	親子丼	200kcal	蔥燒豆腐	164kcal
白飯	330kcal/碗	蒜炒鴨肉	254kcal	唐揚雞塊	351kcal
白粥	98kcal/碗				
燒賣	鮮肉 38kcal/顆 翡翠 60kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
糖醋豆包	284kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
檸檬烤翅	125kcal/支	餛飩湯	23kcal/顆	竹筍雞肉湯	70kcal/碗
蔥蛋	215kcal				
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)				

➤ 114/07/13 (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)
現煎鍋貼	68kcal/顆	義式烤腿排	135kcal/塊	豆豉鮮蚵	127kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅酒燉豬肉	189kcal	牛肉丼	262kcal
培根片	170kcal				
現煎雞腿排	152kcal/整片	沙茶羊肉	243kcal	豆酥魚	365kcal
白飯	330kcal/碗	扇貝蒸蛋	65kcal	瓜仔肉餅	190kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	200kcal/個	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
小籠湯包	45kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
滷魚肚	112kcal /片	肉末炒冬粉	147kcal	什錦炒烏龍	258kcal/碗
素炒蛋	215kcal	當歸鴨肉湯	61kcal/碗	味噌鮮魚湯	51kcal/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)				

➤ 114/07/14(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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	現煎鐵板羊肉	196kcal	蔥油雞腿	202kcal/支
現煎蘿蔔糕	115kcal/塊				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	咖哩雞	193kcal	清蒸石斑	101kcal
火腿片	170kcal				
現煎小熱狗	50kcal/根	烤法式豬排	172kcal/支	麻辣燙	218kcal
魚片粥	129kcal/碗	蒜香奶油比目魚	250kcal	酒蒸蝦	144kcal
白飯	330kcal/碗	滷牛腱	166kcal	紅燒豬肉	167kcal
白粥	98kcal/碗				
小籠湯包	45kcal/顆	番茄炒蛋	175kcal	季節時蔬	60~100kcal
香料烤南瓜	126kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	季節時蔬	60~100kcal	鳳梨苦瓜雞肉湯	73kcal/碗
菜脯蛋	215kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	竹筍排骨湯	76kcal/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)				