

➤ **115/06/01(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		午餐		晚餐	
	kcal/100g(份)		kcal/100g(份)		kcal/100g(份)
現煎豬肉餡餅	175kcal/顆	現煎骰子牛	219kcal	鹽烤頸花肉	284kcal
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	咖哩豬	164kcal	水煮牛	193kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎里肌豬排	163kcal/片	泰式椒麻雞	238kcal	照燒雞丁	176kcal
芋頭鹹粥	146kcal/碗	蒜香奶油蝦仁	94kcal	清蒸比目魚	102kcal/塊
白飯	330kcal/碗	麻婆豆腐	182kcal	肉末蒸蛋	87kcal
白粥	98kcal/碗				
毛豆炒豆干	180kcal	胡蘿蔔炒蛋	187kcal	季節時蔬	25~80kcal
剝皮辣椒蒸魚	146kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞柳條	84kcal/個	季節時蔬	25~80kcal	菜頭滷	80kcal/碗
蝦仁炒蛋	190kcal				
茶葉蛋	180kcal	地瓜雞肉飯	293kcal/碗		
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal	香菇金針雞湯	53kcal/碗		
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/06/02(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		午餐		晚餐	
	kcal/100g(份)		kcal/100g(份)		kcal/100g(份)
現煎蘿蔔糕	125kcal/塊	現煎鐵板海鮮	100kcal	橙汁排骨	272kcal
現煎蔥抓餅	220kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	洋蔥燒肉	185kcal	蒜泥雞丁	135kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎燒肉	242kcal/	柚香照燒雞翅	131kcal/支	紅燒牛肉	154kcal
皮蛋瘦肉粥	128kcal/碗	豆豉蒸石斑	45kcal/塊	蘆筍炒蝦仁	98kcal
白飯	330kcal/碗	酥炸起司雞排	323kcal	素蒸蛋	64kcal
白粥	98kcal/碗				
焗烤馬鈴薯塊	150kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
小籠湯包	45kcal/顆	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
紅燒金針豆腐	170kcal	宮保雞丁炒麵	210kcal/碗	鮮蚶豆腐湯	38kcal/碗
蔥蛋	196kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	鮑魚香菇雞湯	53kcal/碗		
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal				
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/06/03(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		午餐		晚餐	
	kcal/100g(份)		kcal/100g(份)		kcal/100g(份)
現煎蛋餅	125kcal/片	現煎牛排	137kcal/片	鹽麴豬五花	368kcal
現煎鍋貼	65kcal/個				
現煎蛋	120kcal/顆	南瓜海鮮義大利麵	依現場標示	蔬菜燉牛肉	140kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎墨西哥腿排	152kcal/片	親子丼	173kcal	醬燒大蝦	40kcal/尾
竹筍雞絲粥	119kcal/碗	烤虱目魚	81kcal/塊	薑醋透抽	113kcal
白飯	330kcal/碗	木須炒蛋	176kcal	翡翠蒸蛋	64kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	172kcal/塊	泰式鮮蝦沙拉	58kcal	季節時蔬	25~80kcal
義式鯛魚	55kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
皮蛋豆腐	67kcal/組	韓式石鍋拌飯	kcal/碗	紫菜魚丸蛋花湯	82kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	玉米濃湯	109Kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal				
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/06/04(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		午餐		晚餐	
	kcal/100g(份)		kcal/100g(份)		kcal/100g(份)
現煎豬肉餡餅	175kcal/顆	現做美式鬆餅	水果 180kcal/份 巧克力 205kcal/份	燒鴨	134kcal
現煎法式吐司	155kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蔥油雞腿	165kcal	清蒸龍虎斑	61kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎燻雞肉片	kcal	番茄燻牛肋	295kcal	紅咖哩豬	213kcal
魚片粥	kcal/碗	酥炸魷魚圈	191kcal	酒蒸奶油蛤蜊	49kcal/10 顆
白飯	330kcal/碗	蒜香櫛瓜蝦仁	108kcal	玉米炒蛋	205kcal
白粥	98kcal/碗				
麻油猴頭菇	128kcal	燻鮭魚蒸蛋	96kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞塊	45kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒲燒鯛魚	192kcal	季節時蔬	25~80kcal	山藥玉米雞湯	61kcal/碗
毛豆炒蛋	195kcal	仙草凍雙圓	86kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	味噌年糕雞肉湯	85kcal/碗		
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/匙				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/06/05(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)
現煎披薩	286kcal/片	現煮叻沙韭菜湯餃	394kcal/8 顆	蒜香奶油鮭魚	164kcal
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	清蒸南極魚	146kcal/塊	滷雞腿	161kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎里肌豬排	163kcal/塊	紅酒燉羊膝	179kcal	蒜泥小章魚	65kcal
地瓜粥	120kcal/碗	酥炸饅頭	195kcal/顆	冬瓜燒肉	188kcal
白飯	330kcal/碗	蝦仁燴豆腐	162kcal	素蒸蛋	64kcal
白粥	98kcal/碗				
肉末茄子	172kcal	菜脯蛋	180kcal	季節時蔬	25~80kcal
孜然小雞腿	49kcal/支	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
醬燒麵腸	179kcal	季節時蔬	25~80kcal	酸菜鴨肉湯	73kcal/碗
杏鮑菇炒蛋	179kcal	白菜滷湯	95kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal				
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **115/06/06 (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)
現做香腸刈包	320kcal/份	酒蒸鱸魚	49kcal/塊	照燒肋排	137kcal/支
現煎蔥抓餅	220kcal/半片				
現煎蛋	120kcal/顆	麻油炒松阪豬	264kcal	炸餛飩	40kcal/顆
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎小熱狗	55kcal/根	蔥爆軟絲	111kcal	蒜香比目魚	105kcal/塊
虱目魚肚粥	127kcal/碗	迷迭香雞翅	122kcal/支	黑胡椒雞柳	179kcal
白飯	330kcal/碗	起司炒蛋	233kcal	番茄炒蛋	175kcal
白粥	98kcal/碗				
烤薯塊	125kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
脆皮椒鹽豆包	175kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
燒賣	33kcal/個	薑絲牛肉清湯	57kcal/碗	榨菜肉絲湯	48kcal/碗
香菇蒸蛋	58kcal				
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal				
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/06/07(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)
現煎飯糰	562kcal/顆	蒜頭燒雞	181kcal	清蒸石斑魚	45kcal/塊
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎蛋	120kcal/顆	照燒帆立貝	113kcal	泰式涼拌雞丁	135kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎雞蛋豆腐	70kcal/片	金針燴豆腐	146kcal	焗烤龍蝦	92kcal/尾
白飯	330kcal/碗	孜然羊肉	172kcal	沙茶牛肉	200kcal
白粥	98kcal/碗				
冰心地瓜	80kcal/顆	菇菇炒蛋	179kcal	季節時蔬	25~80kcal
蘑菇雞丁	172kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
瓜子肉餅	183kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	南瓜米粉	220kcal/碗
蔥蛋	196kcal	紹興豬肉炒飯	351kcal/碗	虱目魚肚湯	99kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔排骨湯	76kcal/碗		
季節時蔬	25~80kcal				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/06/08(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)
現煎蘿蔔糕	125kcal/塊	現煎比目魚	100Kcal/塊	豆酥南極魚	146kcal/塊
現煎法式吐司	155kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	豬肉丼	203kcal	腐乳燒雞	187kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎菲力雞	125kcal/片	酥炸花枝丸	50kcal/顆	酥炸蘿蔔糕	225kcal
竹筍肉絲粥	119kcal/碗	油雞	194kcal	辣炒松坂豬	287kcal
白飯	330kcal/碗	五味醬軟絲	79Kcal	起司炒蛋	233kcal
白粥	98kcal/碗				
地瓜薯條	295kcal	翡翠蒸蛋	64kcal	季節時蔬	25~80kcal
涼拌雞絲	197kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
滷豬排	136kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	番茄豆腐蛋花湯	34kcal/碗
鮭魚洋蔥炒蛋	190kcal	竹筍香菇炊飯	348kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	60~100kcal	蔘鬚雞湯	53kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				