

➤ **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	179kcal/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	蔥油雞	177kcal	蔥爆松坂豬	257kcal
白飯	330kcal/碗	五味醬透抽	75Kcal	起司炒蛋	233kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸地瓜薯條	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
鮪魚洋蔥炒蛋	190kcal	竹筍香菇雞絲炊飯	293kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	60~100kcal	蔘鬚雞湯	49kcal/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)				

➤ **115/06/09(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	125kcal/半片	現煎鴨胸佐沙醬	227kcal	清蒸龍虎斑	61kcal/塊
現煎鐵板麵	252kcal/碗				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	烤肋排	137kcal/支	黑胡椒豬柳	184kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎燒肉片	242kcal	咖哩雞	176kcal	酥炸雞腿	280kcal/支
魚肚粥	127Kcal/碗	酥炸魚塊	95kcal/塊	蒜香奶油帆立貝	117kcal
白飯	330kcal/碗	泰式涼拌牛肉	158kcal	番茄豆腐炒蛋	160kcal
白粥	98kcal/碗				
櫛瓜炒牛肉	183kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蝦仁腸粉	77kcal/個	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
豆腐蒸魚	108kcal/組	涼麵	488kcal/份	味噌豬肉湯	57kcal/碗
素炒蛋	215kcal	蒜頭蛤蜊雞湯	62kcal/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	(依現場標示)				

➤ **115/06/10(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)
現煎法式吐司	155kcal/片	現煎牛排	240kcal/片	清蒸檸檬鱸魚	60kcal/塊
現煎蔥抓餅	220kcal/半片				
現煎蛋	120kcal/顆	白醬雞肉義大利麵	依現場標示	親子丼	173kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎德式香腸	155kcal/根	馬鈴薯燉肉	159kcal	豆豉鮮蚶豆腐	119kcal
皮蛋瘦肉粥	128kcal/碗	焗烤起司地瓜燒	150kcal	酥炸里肌豬排	257kcal/片
白飯	330kcal/碗	素蒸蛋	64kcal	菜脯蛋	180kcal
白粥	98kcal/碗				
涼麵	488kcal/份	燻雞沙拉	淋醬 30Kcal/匙	季節時蔬	25~80kcal
洋蔥炒豬肉	185kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
芹菜炒花枝	105 kcal	松露野菇干貝飯	242kcal/碗	虱目魚肚湯	99kcal/碗
鮪魚玉米炒蛋	199Kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	番茄龍蝦濃湯	109Kcal/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)				

➤ **115/06/11(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)
現煎蛋餅	125kcal/半片	現作漢堡	365kcal/份	油雞	194kcal
現煎鍋貼	65kcal/顆			小油雞腿	49kcal/支
現煎蛋	120kcal/顆	蔬菜燉牛	140kcal	烤母香魚	147kcal/尾
現煎培根片	52kcal/條				
現煎豆包	148kcal/片	水煮魚	176kcal	獅子頭滷白菜	108kcal/顆
魚片粥	104kcal/碗	酥炸花枝蝦油條	115kcal/顆	紹興白蝦	12kcal/尾
白飯	330kcal/碗	鹹水雞	153kcal	燻鮭魚炒蛋	216kcal
白粥	98kcal/碗				
味噌煮油豆腐	160kcal	肉末蒸蛋	87kcal	季節時蔬	25~80kcal
櫛瓜炒牛肉	183kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸檸檬雞柳	84kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	餛飩湯	23kcal/顆
蔥蛋	196kcal	甜點	-		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	鳳梨苦瓜雞湯	49kcal/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)				

➤ **115/06/12(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)
現煎豬肉餡餅	175kcal/顆	現煮牛奶海鮮湯麵	394kcal/碗	紅酒燉牛肉	159kcal
現煎蔥抓餅	220kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蒜香奶油比目魚	122kcal/塊	烤魚下巴	53kcal/片
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎雞蛋豆腐	80kcal/片	蔥爆鴨肉	209kcal	胡麻豆腐	76kcal/份
海鮮粥	104kcal/碗	水煮水果玉米	60kcal/半根	麻辣燙	216kcal
白飯	330kcal/碗	蒙古炒羊肉	201kcal	蚵蛋	182kcal
白粥	98kcal/碗				
豆包炒燻雞	183kcal	香菇蒸蛋	58kcal	季節時蔬	25~80kcal
竹筍炒肉片	194 kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
沙茶透抽	111kcal	季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔排骨湯	76kcal/碗
毛豆炒蛋	195kcal	素麻油湯	63kcal/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)				

➤ **115/06/13(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)
現做飯糰	562kcal/顆	糖醋肉	225kcal	香菇燒雞	192kcal
現煎鍋貼	65kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	味噌燉牛	152kcal	蒲燒鰻魚	136kcal/小片
現煎培根片	52kcal/條				
現煎烤腿排	81Kcal/個	焗烤龍蝦	92kcal/半尾	醬烤軟絲	73kcal
皮蛋雞絲粥	142kcal/碗	酸菜鴨肉	170kcal	蔥燒豆腐	170kcal
白飯	330kcal/碗	XO 醬炒帆立貝	106kcal	杏鮑菇炒蛋	179kcal
白粥	98kcal/碗				
醬燒油豆腐	160kcal	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
蔥爆肉絲	194kcal	竹筍雞湯	46kcal/碗	鮮魚湯	37kcal/碗
翡翠蒸蛋	64kcal				
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	(依現場標示)				

➤ **115/06/14(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	泰式涼拌豬肉	171kcal	味噌烤鮭魚	153kcal/塊
現煎蘿蔔糕	125kcal/片				
現煎蛋	120kcal/顆	清蒸南極魚	146kcal/塊	蒜香蘑菇蝦仁	108kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎豬肉	284Kcal	金沙透抽	186kcal	黑胡椒牛肉	186kcal
白飯	330kcal/碗	茄汁雞柳	137kcal	香酥雞塊	250kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	172kcal/塊	起司炒蛋	233kcal	炒米粉	220kcal/碗
皮蛋豆腐	67kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香鯛魚	76kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蔥蛋	196kcal	奶油鮭魚炒飯	369kcal/碗	山藥玉米排骨湯	87kcal/碗
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	剝皮辣椒雞湯	53kcal/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)				

➤ **115/06/15(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)
現煎蛋餅	125kcal/半片	現煎龍虎班	112kcal/塊	清蒸比目魚	83kcal/塊
現煎披薩	286kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅燒排骨	276kcal	番茄燉牛肋	259kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎菲力雞	125kcal/片	綠咖哩雞	185kcal	酥炸柳葉魚	72kcal/尾
絲瓜鹹粥	124kcal/碗	蠔油燴三鮮	109kcal	蒜泥肉片	261kcal
白飯	330kcal/碗	蘆筍炒牛肉	185kcal	玉米雞肉蒸蛋	67kcal
白粥	98kcal/碗				
珍珠丸	59kcal/顆	吻仔魚炒蛋	188kcal	季節時蔬	25~80kcal
烤虱目魚	80kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
照燒雞丁	176kcal	季節時蔬	25~80kcal	金針排骨湯	76kcal/碗
番茄炒蛋	175kcal	油飯	376kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	蒜頭雞湯	62kcal/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)				