

➤ 114/07/21(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)
現煎雞蛋豆腐	100kcal	現煎餃子牛	297kcal	糖醋雞丁	313kcal
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	義式烤鱸魚	149kcal	蒜香奶油帆立貝	139kcal
現煎火腿片	170kcal				
現煎豬排	216kcal/片	當歸羊腿	172kcal	泰式涼拌牛肉	172kcal
地瓜粥	120kcal/碗	鹹水雞	205kcal	蔬菜燉鴨	169kcal
白粥	330kcal/碗	冰糖豬腳	237kcal	豬肉丼	218kcal
白飯	98kcal/碗				
紅燒獅子頭	157kcal	吻仔魚炒蛋	205kcal	季節時蔬	60~100kcal
小籠湯包	45kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
洋蔥雞丁	176kcal	季節時蔬	60~100kcal	酸菜鴨肉湯	65kcal/碗
起司炒蛋	233kcal	油飯	378kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	大滷湯	178kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/22(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	現煎鴨胸	202kcal	韓式泡菜炒豬肉	258kcal
鍋貼	68kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	酥炸軟殼蝦	298kcal	酒蒸石斑	105kcal
培根片	340kcal				
現煎雞蛋豆腐	100kcal	烤豬棒腿	218kcal/支	滷牛雙寶	130kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	地瓜燒雞	229kcal	味噌照燒雞腿	159kcal/支
白粥	330kcal/碗	海鮮豆腐煲	196kcal	干貝蒸蛋	60kcal
白飯	98kcal/碗				
燒賣	蟹黃 46kcal/顆 翡翠 60kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
小黃瓜炒雞丁	154kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
洋蔥炒羊肉	215kcal	壽喜燒拌拉麵	241kcal	紫菜魚丸蛋花湯	58kcal/碗
香菇蒸蛋	60kcal	蘿蔔排骨湯	70kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/23(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)
現煎豆包	170kcal/個	現煎牛排	137kcal/片	蒜泥雞丁	167kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	龍蝦奶油義大利麵	184kcal	醬烤軟絲	135kcal
火腿片	170kcal				
現煎墨西哥腿排	170kcal/塊	紅酒燉羊膝	147kcal	薑燒土魷魚	225kcal
香菇玉米雞絲粥	146kcal/碗	酥炸起司雞排	190kcal/半片	三杯鴨	292kcal
白飯	330kcal/碗	奶油菇菇燉雞	198kcal	蚵蛋	190kcal
白粥	98kcal/碗				
蝦仁腸粉	77kcal/個	馬鈴薯鮮蝦沙拉	110kcal	季節時蔬	60-100kcal
三杯麵腸	200kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60-100kcal
油菜炒羊肉	158kcal	夏威夷炒飯	371kcal/碗	昆布蘿蔔排骨湯	70kcal/碗
菜脯蛋	215kcal	番茄龍蝦湯	63kcal/晚		
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				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/24(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)
現煎餡餅	200kcal/顆	現煎雞腿排	163kcal/塊	紅燒豬肉	167kcal
蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	紅咖哩羊肉	220kcal	泰式鮮炒	139kcal
火腿片	170kcal				
現煎雞蛋豆腐	100kcal	豆豉排骨	221kcal	蘆筍炒牛肉	186kcal
魚肚粥	135kcal	酒蒸比目魚	201kcal	糖醋雞丁	313kcal
白粥	330kcal/碗	滷牛腱	166kcal	火腿炒蛋	207kcal
白飯	98kcal/碗				
檸檬烤翅	125kcal/支	肉末蒸蛋	82kcal	季節時蔬	60-100kcal
杏鮑菇燴肉片	189kcal	季節時蔬	60-100kcal	季節時蔬	60-100kcal
小籠湯包	45kcal/顆	季節時蔬	60-100kcal	鮭魚味噌湯	83kcal/碗
蔥蛋	215kcal	仙草凍雙圓	約 60kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	當歸素羊肉湯	35kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/25(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	68kcal/顆	切仔麵	570kcal/碗	義式香料烤雞丁	137kcal
蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	白玉燉羊肉	258kcal	炒鹹豬肉	307kcal
培根片	340kcal				
現煎菲力雞排	160kcal	酥炸魚米花	362kcal	蒜香帆立貝	125kcal
地瓜粥	120kcal	味噌蘿蔔燒雞	150kcal	紅酒燉牛肉	175kcal
白飯	330kcal/碗	酒蒸花蝦	144kcal	泰式檸檬香茅魚	244kcal
白粥	98kcal/碗				
香菇蒸肉餅	198kcal	蔥燒豆包	225kcal	季節時蔬	60-100kcal
烤小棒腿	40kcal/支	季節時蔬	60-100kcal	季節時蔬	60-100kcal
酥炸地瓜薯條	355kcal	季節時蔬	60-100kcal	醬冬瓜蛤蠣雞湯	49kcal/碗
翡翠蒸蛋	60kcal	黃瓜魚丸排骨湯	81kcal/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	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/26(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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	咖哩豬肉	212kcal	蔥油雞腿	202kcal/支
蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	豆乳雞	279kcal	烤香腸	159kcal/根
火腿片	170kcal				
現煎小熱狗	50kcal/根	蒜泥透抽	85kcal	蒸魚	83kcal
鮮魚粥	129kcal/碗	義式烤魚	282kcal	紅咖哩炒牛肉	220kcal
白飯	330kcal/碗	滑蛋蝦仁	189kcal	火腿炒蛋	207kcal
白粥	98kcal/碗				
珍珠丸	59kcal/顆	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
杏鮑菇炒肉片	189kcal	玉米濃湯	102kcal/碗	竹筍雞肉湯	49kcal/碗
素炒蛋	186kcal				
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ 114/07/27 (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)
現煎蛋餅	113kcal/小片	豬肉丼	218kcal	豆豉鮮蚵	127kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	三杯魷魚	272kcal	烤法式羊排	142kcal/支
火腿片	170kcal				
現煎德式香腸	180kcal /根	照燒雞丁	218kcal	蒜香奶油鮭魚	263kcal
白飯	330kcal/碗	毛豆炒蛋	200kcal	親子丼	200kcal
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
豆芽炒雞丁	156kcal	沙茶羊肉炒飯	369kcal/碗	炒冬粉	190kcal/碗
菜脯蛋	215kcal	味噌鮮魚湯	49kcal/碗	瓜仔雞湯	43kcal/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)				