

➤ **114/08/04(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	蒜香奶油帆立貝	139kcal	三杯雞	205kcal
現煎豆包	170kcal/個				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	烤法式羊排	142kcal/支	南瓜燒肉	231kcal
培根片	340kcal				
現煎德式香腸	180kcal/根	味噌蘿蔔燒雞	189kcal	豆鼓鮮蚵豆腐	148kcal
香菇肉末粥	133kcal/碗	蒜炒松阪豬	323kcal	蒸石斑魚	86kcal
白飯	330kcal/碗	紅酒燉牛肉	175kcal	番茄炒蛋	175kcal
白粥	98kcal/碗				
照燒洋蔥豬	258kcal	蝦仁炒蛋	189kcal	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	剝皮辣椒雞湯	61kcal/碗
蔥炒蛋	215kcal	油飯	378kcal/碗		
水煮蛋	75kcal				
季節時蔬	60~100kcal	金針排骨湯	84kcal/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)				

➤ **114/08/05(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	現煎雞腿排	163kcal/塊	韓式辣烤雞翅	196kcal/支
豬肉餡餅	200kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	泡菜豬五花	341kcal	酒蒸魚	83kcal
培根片	340kcal				
現煎德式香腸	180kcal/根	泰式涼拌牛	172kcal	蒜泥肉片	350kcal
香菇肉末粥	133kcal/碗	蒜炒鴨肉	254kcal	泰式鮮炒	139kcal
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	金沙軟絲	198kcal	香菇蒸蛋	60kcal
蝦仁腸粉	77kcal/個	帆立貝蒸蛋	65kcal	季節時蔬	60~100kcal
芥藍炒肉片	224kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
紅燒豆腐	140kcal	季節時蔬	60~100kcal	番茄豆腐蛋花湯	41kcal/碗
翡翠蒸蛋	60kcal	三鮮炒麵	210kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	黃瓜魚丸湯	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	(依現場標示)				

➤ **114/08/06(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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/個	現煎牛排	137kcal/片	泰式檸檬香茅魚	244kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	番茄肉醬海鮮筆尖麵	162kcal	牛肉丼	262kcal
火腿片	170kcal				
現煎雞蛋豆腐	100kcal	豆乳雞	282kcal	蒜蓉蝦	108kcal
海鮮粥	123kcal/碗	馬鈴薯燉肉	180kcal	烤頸花肉	294kcal
白粥	330kcal/碗	炸鍋貼	90Kcal/顆	干貝蒸蛋	60kcal
白飯	98kcal/碗				
小籠湯包	45kcal/顆	鹽烤鮭魚沙拉	156kcal	季節時蔬	60~100kcal
雞絲炒甜豆	142kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
珍珠丸	59kcal/顆	鳳梨蝦仁炒飯	242kcal/碗	餛飩湯	23kcal/碗
蒸蛋	60kcal	培根馬鈴薯濃湯	170kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
粽子	500~600kcal/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)				

➤ **114/08/07(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)
現煎蛋餅	113 kcal/小片	現煎骰子牛	297kcal	蒜蓉烤魚	282kcal
現煎雞蛋豆腐	100kcal				
現煎蛋	120kcal/顆	咖哩雞	193kcal	蔬菜燉羊	258kcal
培根片	340kcal				
現煎德式香腸	180kcal/根	五味醬花枝	71kcal	油蔥雞	213kcal
地瓜粥	120Kcal/碗	酥炸排骨酥	358kcal	紅燒豬肉	167kcal
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	醬炒鴨腿	392kcal	酥炸薯餅	200kcal/個
燒賣	蟹黃 46kcal/顆 翡翠 60kcal/顆	蝦仁炒蛋	189kcal	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	蒜頭蛤蜊雞湯	62kcal/碗
紅蘿蔔炒蛋	185kcal	綠豆蒜西米露	67kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	蘿蔔排骨湯	70kcal/碗		
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)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **114/08/08(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)
現煎蔥抓餅	122kcal/小片	現煮牛肉刀削麵	470kcal/碗	親子丼	200kcal
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	醬爆肋排	245kcal/支	烤法式羊排	242kcal/支
火腿片	170kcal				
現煎豆包	170kcal/個	糖醋雞丁	313kcal	蝦仁腸粉	77kcal/個
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	南瓜海鮮豆腐煲	179kcal	滷牛雙寶	130kcal
白飯	330kcal/碗	蒲燒鰻	298kcal	紅燒獅子頭	157kcal
白粥	98kcal/碗				
烤豬排	210kcal/片	櫻花蝦干貝炒蛋	197kcal	季節時蔬	60~100kcal
甜豆炒花枝	107kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
酥炸薯餅	200kcal/個	季節時蔬	60~100kcal	當歸素羊肉湯	35kcal/顆
蔥蛋	215kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	香菇瓜仔雞湯	50kcal/碗		
鹹蛋	65kcal/半顆				
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)				

➤ **114/08/09(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)
現煎蛋餅	113kcal/小片	紅咖哩炒牛肉	220kcal	酒蒸石斑	122kcal
蘿蔔糕	115kcal/塊				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	烤香腸	159kcal/根	蜜汁烤雞腿	215kcal
培根片	340kcal				
現煎雞蛋豆腐	100kcal/塊	豆乳雞	279kcal	豬肉丼	218kcal
香菇雞絲粥	143kcal/碗	酒蒸白蝦	144kcal	酥炸花枝丸	281kcal
白飯,白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	焗烤培根馬鈴薯	181kcal	帆立貝蒸蛋	65kcal
檸檬烤翅	125kcal/支	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
紅燒獅子頭	157kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
金針炒肉片	236kcal	酸菜鴨肉湯	65kcal/碗	紫菜吻仔魚蛋花湯	58kcal/碗
菇菇炒蛋	186kcal				
水煮蛋	75kcal/顆				
粽子	500~600kcal/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)				
包子類 3 種	(依現場標示)				

➤ 114/08/10 (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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	紅燒鱸魚	233kcal	燒鴨	294kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	咖哩豬	212kcal	紅酒燉牛肉	175kcal
火腿片	170kcal				
現煎雞腿排	152kcal/片	蔥爆牛肉	270kcal	焗烤龍蝦	83kcal/半隻
白飯	330kcal/碗	酥炸魷魚圈	289kcal	肉末蒸蛋	82kcal
白粥	98kcal/碗				
鮮蔬炒雞丁	130kcal	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
芹菜炒豆包	197kcal	炒烏龍麵	224kcal/碗	蝦仁炒意麵	360kcal/碗
蔥蛋	215kcal	味噌鮮魚湯	70kcal/碗	竹筍排骨湯	70kcal/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)				

➤ 114/08/11(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/蔥抓餅	115kcal/塊 122kcal/小片	蚵仔煎	195kcal	烤魚	282kcal
現煎荷包蛋,培根片	120kcal/顆 340kcal	蔬菜燉羊肉	258kcal	瓜仔肉	190kcal
現煎雞蛋豆腐	100kcal	蒜泥雞胸	167kcal	紅咖哩牛肉	220kcal
干貝粥	106kcal/碗	沙茶豬肉	260kcal	魚露燉雞	216kcal
白飯/白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	酥炸地瓜薯條	355kcal	塔香淡菜	136kcal
蝦仁腸粉	77kcal/個	菜脯蛋	215kcal	季節時蔬	60~100kcal
豆芽炒雞絲	133kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
紅燒豆腐	140kcal	季節時蔬	60~100kcal	排骨酥湯	110kcal/碗
素炒蛋	215kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	羅宋湯	84kcal/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 3 種	(依現場標示)				