

➤ **115/05/11(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)
現煎法式吐司	155kcal/片	現煎南極魚	146kcal	芋頭燒雞	204kcal
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	泡菜年糕豬肉	187kcal	鮮炒蘭花蚌	109kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎菲力雞排	125kcal/片	醬燒大蝦	40kcal/尾	牛肉丼	175kcal
絲瓜鹹粥	125kcal/碗	蒜泥雞丁	135kcal	酥炸柳葉魚	72kcal/尾
白飯	330kcal/碗	蔬菜燉牛	140kcal	鮭魚蒸蛋	96kcal
白粥	98kcal/碗				
涼拌雞絲	197kcal	鮪魚玉米炒蛋	199kcal	季節時蔬	25~80kcal
芥藍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞塊	45kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	瓜仔雞湯	44kcal/碗
起司炒蛋	233kcal				
水煮蛋	75kcal	臘味飯	380kcal/碗		
鹹蛋	55kcal				
季節時蔬	25~80kcal	素當歸湯	30kcal/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)				

➤ **115/05/12(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)
現煎蔥抓餅	220kcal/半片	現炒鐵板海鮮	100kcal	醬煨肋排	137kcal/支
現煎鍋貼	65kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	咖哩豬	164kcal	蔥爆牛肉	190kcal
現煎培根	52kcal/片				
現煎豆包	148kcal/塊	蒜香奶油比目魚	122kcal/塊	酥炸花枝蝦油條	115kcal/顆
香菇干貝粥	101kcal/碗	藥膳羊肉	178kcal	鹽蔥雞丁	178kcal
白飯	330kcal/碗	火腿起司炒蛋	205kcal	帆立貝蒸蛋	65kcal
白粥	98kcal/碗				
剝皮辣椒蒸肉餅	188kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
麻油猴頭菇	139kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸薯餅	172kcal/個	木須刀削麵	320kcal/碗	大滷湯	126kcal/碗
洋菇炒蛋	176kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	山藥玉米雞湯	61kcal/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)				

➤ **115/05/13(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/半片	現煎牛排	137kcal/片	泰式涼拌牛肉	158kcal
現煎豬肉餡餅	175kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	奶油培根義大利麵	依現場標示	金沙透抽	186kcal
現煎火腿	30kcal/片				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	清蒸石斑魚	45kcal/塊	麻油松阪豬	264kcal
芋頭鹹粥	146kcal/碗	蜜汁腿排	349kcal/塊	親子丼	173kcal
白飯	330kcal/碗	番茄炒蛋	175kcal	蔥蛋	196kcal
白粥	98kcal/碗				
茄汁豆包	181kcal/塊	胡麻雞肉沙拉	淋醬 50kcal/湯匙	季節時蔬	25~80kcal
蘆筍炒牛肉	185kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
滷雞腿	161kcal/支	奶油蒜蝦飯	335kcal/碗	蒜頭蛤蜊雞湯	62kcal/碗
菜脯蛋	180kcal				
茶葉蛋	75kcal/顆	番茄干貝濃湯	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)				

➤ **115/05/14(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)
現煎蔥抓餅	220kcal/半片	現煎鴨胸佐紅酒醬	227kcal	味噌烤鮭魚	144kcal/塊
現煎鐵板麵	252kcal/碗				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅酒燉牛肉	159kcal	麻辣燙	216kcal
現煎培根片	52kcal/片				
現煎燒肉	242kcal/片	口水雞	200kcal	鐵板牛肉	191kcal
皮蛋瘦肉粥	128kcal/碗	日式燒肉	207kcal	蟹味蒸蛋	75kcal
白飯	330kcal/碗	豆豉鮮蚶豆腐	119kcal	爌肉刈包	368kcal/份
白粥	98kcal/碗				
蘑菇雞丁	172kcal	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒲燒鯛魚	192kcal/片	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
毛豆肉末炒豆干	205kcal	季節時蔬	25~80kcal	蚵仔湯	25Kcal/碗
素炒蛋	215kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	紅豆湯圓	89kcal/碗		
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal	鮑魚香菇雞湯	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)				

➤ **115/05/15(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)
現煎蛋餅	125kcal/半片	現煮腐皮牛奶麵疙瘩	515kcal/碗	紅油炒手	30kcal/顆
現煎披薩	286kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	清蒸虱目魚	80kcal/塊	味噌燉牛肉	283kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎德式香腸	155kcal/根	麻油雞	209kcal	義式烤雞翅	122kcal
魚片粥	104Kcal/碗	沙茶軟絲	111kcal	蒜炒帆立貝	110kcal
白飯	330kcal/碗	蘿蔔燉羊	184kcal	紅蘿蔔炒蛋	187Kcal
白粥	98kcal/碗				
酸菜炒麵腸	167kcal	翡翠蒸蛋	64Kcal	季節時蔬	25~80kcal
豆腐蒸鯛魚	81kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
絲瓜蝦仁	71kcal	季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔排骨湯	76kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	羅宋湯	74kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal				
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **115/05/16(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)
現作飯糰	562kcal/顆	魚露燉雞	173kcal	麻油炒鴨肉	213kcal
現煎蘿蔔糕	125kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	酸菜白肉	270kcal	XO 醬炒帆立貝	105kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	焗烤龍蝦	92kcal/半尾	清蒸檸檬龍虎斑	75kcal
虱目魚肚粥	127kcal/碗	酥炸薯條	270kcal	豆豉排骨	225kcal
白飯	330kcal/碗	蚵蛋	182kcal	素炒蛋	215kcal
白粥	98kcal/碗				
紅燒獅子頭	108kcal/顆	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
金針燴豆腐	146kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
冰心地瓜	80kcal/顆	冬瓜雞湯	53kcal/碗	餛飩湯	23kcal/顆
香菇蒸蛋	58kcal				
茶葉蛋	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)				

➤ **115/05/17(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)
現作飯糰	562kcal/顆	肉末茄子	172kcal	清蒸比目魚	83kcal/塊
現煎豬肉餡餅	175kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	咖哩海鮮	119kcal	鮮蔬雞丁	169kcal
現煎培根片	52kcal/片				
現煎德式香腸	155kcal/根	迷迭香雞翅	122kcal/支	酥炸蝦捲	68kcal/碗
皮蛋雞絲粥	142kcal/碗	酥炸軟殼蟹	170kcal/隻	韭菜花炒蛋	175kcal
白飯	330kcal/碗	干貝蒸蛋	63kcal	季節時蔬	25~80kcal
白粥	98kcal/碗				
皮蛋豆腐	67kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香奶油鮭魚	164kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	燻鮭魚義大利麵	243Kcal/碗
酥炸雞塊	45kcal/塊	蝦仁蛋炒飯	338kcal	昆布蘿蔔排骨湯	76Kcal/碗
素蒸蛋	64kcal	鳳梨苦瓜雞湯	49kcal/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)				

➤ **115/05/18(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)
現煎蔥抓餅	220kcal/半片	現煎比目魚	100kcal/塊	清蒸石斑魚	45kcal/塊
現煎鍋貼	65kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	竹筍炒牛肉	175kcal	酥炸月亮蝦餅	94kcal/片
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎里肌豬排	163kcal/片	油蔥雞腿	165kcal/支	冰糖豬腳	157kcal
地瓜粥	120Kcal/碗	黑胡椒豬柳	184kcal	泡菜雞肉	174kcal
白飯	330kcal/碗	蒜泥小卷	65kcal	素蒸蛋	65kcal
白粥	98kcal/碗				
烤薯塊	125kcal	洋菇炒蛋	176kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香奶油蝦仁	94kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
芥藍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	25~80kcal	金針排骨湯	76kcal/碗
杏鮑菇炒蛋	179kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	油飯	376Kcal/碗		
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal	蔘鬚雞湯	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)				
包子類	(依現場標示)				