

➤ **115/02/02(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 現煎蘿蔔糕	113kcal/小片 125kcal/塊	現煎石斑魚	85kcal/塊	烤法式羊排	142kcal/支
現煎荷包蛋 現煎培根	120kcal/顆 52kcal/條	番茄燉牛	140kcal	咖哩豬	164Kcal
現煎燒肉	238kcal	蒜泥小花枝	53kcal	烤鰻魚	147kcal/塊
地瓜粥	122kcal/碗	辣子雞丁	210kcal	三杯雞	196kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	炒鹹豬肉	360kcal	香菇蒸蛋	57kcal
酥炸魚條	215kcal	干貝炒蛋	183kcal	季節時蔬	25~80kcal
蜜汁豆乾	216kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蔥爆雞丁	202kcal	季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔福州丸湯	78kcal/碗
洋菇炒蛋 水煮蛋	176kcal 75kcal	油飯	378kcal/碗		
季節時蔬	25~80kcal	剝皮辣椒雞湯	61kcal/碗		
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)				

➤ **115/02/03(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 現煎鍋貼	122kcal/小片 68kcal/顆	現煎腿排	142kcal/塊	醬燒帆立貝	113kcal
現煎荷包蛋 現煎火腿片	120kcal/顆 20kcal/片	醬炒鴨肉	216kcal	烤豬棒腿	183kcal/支
現煎烤腿排	81kcal/塊	蒜香比目魚	105kcal/塊	糖醋雞	210Kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	麻辣燙	218kcal	滷牛腱	154kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	沙茶軟絲	159kcal	翡翠蒸蛋	64Kcal
鮮蔬炒牛肉	175kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
西芹豆包	189kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
照燒小雞腿	58kcal/支	肉絲炒麵	328kcal/碗	虱目魚肚湯	54kcal/碗
番茄炒蛋 茶葉蛋 鹹蛋	175kcal 75kcal/顆 55kcal/半顆	山藥燉雞湯	88kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
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)				

➤ **115/02/04(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/顆	現煎牛排	137kcal/片		
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	番茄肉醬義大利麵	171kcal		
現煎培根片	52kcal/條				
現煎德式香腸	180kcal/根	烤鰻魚	147kcal/塊		
鮑魚干貝粥	96kcal/碗	鹽水雞	153kcal		
白飯	330kcal/碗	洋菇炒蛋	176kcal		
白粥	98kcal/碗				
蒜香蝦仁	96kcal	季節時蔬	60~100kcal		
皮蛋豆腐	67kcal/組	油醋鮮蝦沙拉	58kcal		
蔥爆肉片	226kcal	蒜香雞肉炒飯	340kcal/碗		
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	玉米濃湯	102kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
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)				

➤ **115/02/05(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)
現煎鐵板麵	252kcal/碗	現煎草莓法式吐司	180kcal/份	乾燒蝦仁	125kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅燒牛肉	154kcal	紅咖哩雞	186kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎燻雞	166kcal	酥炸花枝蝦排	153kcal	蒜泥肉片	262Kcal
竹筍肉絲粥	119kcal/碗	當歸羊排骨	176kcal	清蒸檸檬紅魷魚	40kcal/塊
白飯	330kcal/碗	南瓜海鮮豆腐煲	145Kcal	木耳炒蛋	176kcal
白粥	98kcal/碗				
烤薯塊	77kcal	肉末蒸蛋	87Kcal	季節時蔬	60~100kcal
三杯百頁	232kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
沙茶透抽	159kcal	季節時蔬	60~100kcal	蒜頭蛤蜊雞湯	52kcal/碗
素炒蛋	215kcal				
茶葉蛋	75kcal/顆	粉圓檸檬愛玉	55kcal/碗		
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	60~100kcal	味噌豬肉湯	65kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
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)				

➤ **115/02/06(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)
現烤披薩	300kcal/片	現煮餛飩湯麵	349kcal/碗	親子丼	173kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蒜香奶油鮭魚	164kcal/塊	豆豉鮮蚵豆腐	119kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎雞蛋豆腐	80kcal/塊	馬鈴薯燉雞	173kcal	酥炸薯條	279kcal
魚片粥	116Kcal/碗	水煮牛	193kcal	蒲燒鯛	230kcal/片
白飯	330kcal/碗	沙茶豬肉	195kcal	吻仔魚炒蛋	188kcal
白粥	98kcal/碗				
檸檬雞翅	125kcal/支	蟹味炒蛋	195kcal	季節時蔬	60~100kcal
素麻婆豆腐	169kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
竹筍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	60~100kcal	味噌鮮魚湯	49kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	鳳梨苦瓜雞湯	47kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	60~100kcal				
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)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **115/02/07(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	535kcal/顆	蒜香奶油帆立貝	139kcal	蘆筍炒蝦仁	112kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	烤豬棒腿	183kcal/支	三杯雞	196kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	酥炸起司雞排	381kcal/塊	清蒸鮫魚	52kcal/片
地瓜粥	120kcal/碗	清蒸南極魚	141kcal/塊	蔥爆豬肉	226kcal
白飯	330kcal/碗	培根炒蛋	246kcal	金沙豆腐	229kcal
白粥	98kcal/碗				
生炒花枝	121kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
鮮蔬燴豆腐	132kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
冰心地瓜	80kcal/顆	鮑魚香菇雞湯	68kcal/碗	蛋花豆腐湯	30kcal/碗
玉米炒蛋	205kcal				
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
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)				

➤ **115/02/08(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)
現煎鍋貼	68kcal/顆	鹹水雞	153kcal	醬燒大蝦	30kcal/尾
現作飯糰	535kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	泰式檸檬香茅魚	225kcal	蒜炒松阪豬	257kcal
現煎火腿	20kcal/片				
現煎小熱狗	50kcal/根	瓜仔肉餅	183kcal	醋溜鱸魚	196kcal
白飯	330kcal/碗	宮保魷魚	156kcal	牛肉丼	175kcal
白粥	98kcal/碗				
蝦仁腸粉	77kcal/塊	番茄豆腐炒蛋	160kcal	季節時蔬	60~100kcal
金針燴豆腐	146kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
蒜香鯛魚	76kcal/塊	季節時蔬	60~100kcal	南瓜米粉	264kcal/碗
杏鮑菇炒蛋	179kcal	XO 醬海鮮炒飯	311kcal/碗	蘿蔔玉米排骨湯	78kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	酸菜雞肉湯	65kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/02/09(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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	現煎骰子牛	219kcal	烤肋排	137kcal/支
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	泡菜年糕豬肉	187kcal	鍋耙蝦仁	108kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎菲力雞排	160kcal/片	醬燒大蝦	30kcal/尾	味噌燉牛	280kcal
絲瓜鹹粥	124kcal/碗	地瓜燒雞	200kcal	酥炸柳葉魚	72kcal/尾
白飯	330kcal/碗	清蒸檸檬石斑	45kcal/塊	鮭魚炒蛋	216kcal
白粥	98kcal/碗				
涼拌雞絲	197kcal	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	60~100kcal
芥藍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
酥炸雞塊	45kcal/塊	季節時蔬	60~100kcal	瓜仔雞湯	49kcal/碗
起司炒蛋	233kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal				
鹹蛋	55kcal				
季節時蔬	60~100kcal	番茄豆腐豬肉湯	51kcal/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)				