

➤ **115/02/13(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	113kcal/小片	南瓜海鮮麵疙瘩	351kcal/碗	鳳梨蝦球	68kcal/尾
現煎披薩	300kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	清蒸龍膽石斑	45kcal/塊	烤頸花肉	284kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎小熱狗	50kcal/根	咖哩牛肉	176kcal	紅咖哩雞	186kcal
魚片粥	107Kcal/碗	孜然羊肉	172kcal	蒜炒帆立貝	110kcal
白飯	330kcal/碗	紅油炒手	30kcal/顆	木耳炒蛋	176Kcal
白粥	98kcal/碗				
酸菜炒麵腸	167kcal	番茄豆腐炒蛋	160kcal	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	鮑魚香菇雞湯	68kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	蘿蔔排骨湯	60kcal/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)				

➤ **115/02/14(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	三杯軟絲	104kcal	親子丼	200kcal
現煎蘿蔔糕	125kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	芋頭燒雞	204kcal	季節時蔬	25~80kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	焗烤龍蝦	83kcal/半隻	香菇雞湯	46kcal/碗
虱目魚肚粥	134kcal/碗	咖哩牛肉	176kcal		
白飯	330kcal/碗	蚵蛋	182kcal		
白粥	98kcal/碗				
紅燒獅子頭	108kcal/顆	季節時蔬	25~80kcal		
金針燴豆腐	146kcal	季節時蔬	25~80kcal		
冰心地瓜	80kcal/顆	海鮮炒麵	271kcal		
鮪魚洋蔥炒蛋	190kcal	鮮魚味噌湯	73kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal				
季節時蔬	25~80kcal				
肉燥	75kcal/半湯匙				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/02/19(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)
本日早餐採現點現做	現煎蘿蔔糕	125kcal/塊	滷豬排	136kcal/片		蒜炒鹹豬肉	361kcal	
	現煎鍋貼	68kcal/個	麻油雞	209kcal		咖哩牛肉	176kcal	
	現煎蔥抓餅	487kcal/整片	蝦仁腸粉	77kcal/個		蒲燒鯛	230kcal/片	
	現煎蛋餅	338kcal/整片	酥炸花枝丸	55kcal/顆		蒜泥透抽	86kcal	
	現烤披薩	300kcal/個	素炒蛋	215kcal		翡翠蒸蛋	64kcal	
	現煎雞蛋豆腐	80kcal /片	季節時蔬	25~80kcal		季節時蔬	25~80kcal	
	現煎小熱狗	50kcal/根	季節時蔬	25~80kcal		季節時蔬	25~80kcal	
	現煎鐵板麵	252kcal/碗	玉米香菇雞湯	68kcal/碗		鮭魚味噌湯	73kcal/碗	
	現煎菲力雞	160kcal/片						
	現煎墨西哥腿排	152kcal/片						
	現煎荷包蛋	120kcal/顆						
	現煎培根	52kcal/條						
	現煎火腿	20kcal/片						

➤ **115/02/20(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	113kcal/小片	現煎鐵板海鮮	132kcal	檸檬雞翅	125kcal/支
現煎蘿蔔糕	125kcal/塊				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	馬鈴薯燉肉	159kcal	鐵板牛肉	191kcal
現煎培根	52kcal/條				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	親子丼	173kcal	清蒸石斑魚	45kcal/塊
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	醬燒小卷	106kcal	三杯軟絲	104kcal
白飯	330kcal/碗	當歸羊排骨	176kcal	蟹味蒸蛋	75kcal
白粥	98kcal/碗				
西芹炒透抽	107kcal	玉米炒蛋	205kcal	季節時蔬	25~80kcal
糖醋豆包	167/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
烤鯖魚	148kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	紫菜蛋花湯	25kcal/碗
香菇蒸蛋	58kcal	蘿蔔排骨湯	60kcal/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	(依現場標示)				

➤ **115/02/21(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	泡菜雞肉	174kcal	滷雞腿	161kcal/支
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	烤法式羊排	142kcal/支	蒜香鮭魚	164kcal/塊
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎菲力雞	160kcal/塊	三杯小花枝	94kcal	蔥燒豆腐	170kcal
地瓜粥	122kcal/碗	清蒸南極魚	146kcal/塊	酥炸餛飩	48kcal/顆
白飯	330kcal/碗	培根炒蛋	246kcal	蝦仁炒蛋	190kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸地瓜薯條	289kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
皮蛋豆腐	67kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
醬燒麵腸	179kcal	福州丸排骨湯	78kcal/碗	蘿蔔雞湯	46kcal/碗
素炒蛋	215kcal				
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	(依現場標示)				

➤ **115/02/22(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	紅燒牛肉	154kcal	烤豬棒腿	183kcal/支
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	蒸虱目魚肚	80kcal/塊	酥炸花枝蝦油條	125kcal/顆
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎燻雞片	166kcal	五味醬淡菜	88kcal/5 顆	沙茶羊肉	182kcal
白飯	330kcal/碗	豆豉排骨	225kcal	蒜香比目魚	105kcal/塊
白粥	98kcal/碗				
皮蛋豆腐	67kcal/組	菜脯蛋	180kcal	季節時蔬	25~80kcal
烤薯塊	77kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蔥爆豬肉	226kcal	季節時蔬	25~80kcal	木須炒麵	320kcal
素炒蛋	215kcal	泰式蝦醬炒飯	392kcal/碗	紫菜吻仔魚湯	48kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	味噌豬肉湯	65kcal/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)				

➤ **115/02/23(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	113kcal/小片	現煎虱目魚肚	161kcal/半尾	咖哩海鮮粉絲煲	127kcal
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	酸菜鴨肉	170kcal	滷豬蹄膀	260kcal
現煎培根	52kcal/條				
現煎烤腿排	81kcal/塊	鐵板牛肉	191kcal	清蒸紅魷魚	40kcal/塊
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	檸檬胡椒蝦	12kcal/尾	紅咖哩燉牛	199kcal
白飯	330kcal/碗	烤法式豬排	156kcal/支	洋菇炒蛋	176kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸小熱狗	50kcal/根	滷雞腿	161kcal/支	季節時蔬	25~80kcal
泰式涼拌雞絲	135kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
瓜仔肉餅	183kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	鮭魚味噌湯	73kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	山藥排骨湯	88kcal/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)				