

➤ **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		午餐		晚餐	
	kcal/100g(份)		kcal/100g(份)		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	酸菜帆立貝	109kcal	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				
味增湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **115/02/24(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		午餐		晚餐	
	kcal/100g(份)		kcal/100g(份)		kcal/100g(份)
現煎法式吐司	150kcal/片	現煎鐵板鮮蚶	114kcal	打拋豬	194kcal
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	鹽烤白燒鰻	118kcal/塊	滷牛雙寶	113kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎德式香腸	180kcal/根	紅辣醬炒羊排骨	202kcal	蒜香蘑菇蝦仁	108kcal
絲瓜鹹粥	124kcal/碗	蒙古烤肉	209kcal	酥炸地瓜薯條	289kcal
白飯	330kcal/碗	干貝蒸蛋	63kcal	蒲燒鯛魚	230kcal/片
白粥	98kcal/碗				
西芹炒透抽	107kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
竹筍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蝦仁燴豆腐	162kcal	壽喜燒麵疙瘩	309kcal/碗	餛飩湯	23kcal/顆
菜脯蛋	180kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	羅宋湯	84kcal/碗		
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)				

➤ **115/02/25(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)
現煎雞蛋豆腐	80kcal/塊	現煎牛排	137kcal/片	醬炒鴨肉	216kcal
現煎披薩	300kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅醬海鮮筆管麵	172kcal	醋溜透抽	72kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎燒肉	238kcal	醬冬瓜蒸鮪魚	64kcal/塊	蝦仁燴豆腐	162kcal
香菇雞絲粥	143kcal/碗	咖哩豬	164kcal	黑胡椒豬柳	184kcal
白飯	330kcal/碗	翡翠吻仔魚炒蛋	188kcal	泰式涼拌牛肉	158kcal
白粥	98kcal/碗				
豆干炒肉片	226kcal	地瓜雞肉優格沙拉	淋醬 25kcal/匙	季節時蔬	25~80kcal
蜜汁雞腿	173kcal/支	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
烤鯖魚	148kcal/塊	鹹豬肉蛋炒飯	388kcal/碗	關東煮	129kcal/碗
菇菇炒蛋	178kcal	洋蔥干貝濃湯	100Kcal/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)				

➤ **115/02/26(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)
現煎蛋餅	113kcal/小片	現煎南極魚	141kcal/塊	冰糖豬腳	157kcal
現煎蘿蔔糕	125kcal/片				
現煎蛋	120kcal/顆	鹽水雞	153kcal	酥炸生蠔	46kcal/顆
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎豆包	148kcal/片	番茄嫩牛肋	259kcal	烤母香魚	147kcal/尾
魚片粥	116kcal/碗	肉末茄子	133kcal	麻油雞	209kcal
白飯	330kcal/碗	醬炒鴨肉	216kcal	番茄豆腐炒蛋	160kcal
白粥	98kcal/碗				
涼拌雞絲	197kcal	鮭魚蒸蛋	96kcal	季節時蔬	25~80kcal
紅燒豆腐	170kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
辣炒豬肉	173kcal	季節時蔬	25~80kcal	虱目魚肚湯	54kcal/碗
玉米炒蛋	205kcal	仙草凍雙圓	86kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	香菇蛤蜊雞湯	52kcal/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)				

➤ **115/02/27(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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	現煮牛肉麵	377kcal/碗	孜然羊肉	243kcal
現煎法式吐司	150kcal/薄片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	糖醋土魷魚	252kcal	地瓜燒雞	200kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎烤腿排	81kcal/塊	蒜泥雞丁	135kcal	清蒸石斑魚	45kcal/塊
皮蛋瘦肉粥	145Kcal/碗	咖哩豬	164kcal	塔香蛤蜊	66kcal/10 顆
白飯	330kcal/碗	蔥燒肉末豆腐	157kcal	蟹味炒蛋	195kcal
白粥	98kcal/碗				
蘆筍炒蝦仁	112kcal	肉絲木耳炒蛋	191kcal	季節時蔬	25~80kcal
茄汁豆包	181kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
鮮蔬雞丁	169kcal	季節時蔬	25~80kcal	鮮魚蛤蜊豆腐湯	36kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	參鬚雞湯	48kcal/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)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **115/02/28(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)
現做飯糰	535kcal/顆	烤法式羊排	142kcal/支	蔬菜燉牛	140kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	泰式涼拌雞丁	135kcal	烤虱目魚	89kcal/塊
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎菲力雞	160kcal/塊	生炒軟絲	121kcal	紹興草蝦	21kcal/尾
竹筍粥	119kcal/碗	酥炸水餃	72kcal/顆	蔥爆羊肉	175kcal
白飯	330kcal/碗	蛤蜊蒸蛋	53kcal	起司炒蛋	233kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	172kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
青椒炒牛肉	192kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
西芹炒豆包	189Kcal	蘿蔔玉米排骨湯	78kcal/碗	紫菜吻仔魚湯	48kcal/碗
毛豆炒蛋	195kcal				
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)				

➤ **115/03/01(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)
現煎飯糰	535kcal/顆	三杯刺螺肉	109kcal	豆酥比目魚	110kcal/塊
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	味噌燉牛	152kcal	麻油猴菇炒鴨肉	193kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎燻雞片	163kcal	剝皮辣椒蒸肉餅	188kcal/塊	水煮牛	193kcal
白飯	330kcal/碗	佃煮柳葉魚	56kcal/尾	金沙豆腐	229kcal
白粥	98kcal/碗				
烤馬鈴薯	77kcal	蔥蛋	196kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香鯛魚	76kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
皮蛋豆腐	67kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	花枝炒麵	262kcal/碗
玉米炒蛋	205kcal	蒜香蝦仁飯	335kcal/碗	味增豬肉湯	65kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	大滷湯	110kcal/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)				

➤ **115/03/02(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)
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆	現煎骰子牛	219kcal	泰式涼拌牛肉	158kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	沙茶透抽	105kcal	親子丼	173kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎雞蛋豆腐	80kcal/片	薑黃烤腿排	142kcal/塊	蒜香白帶魚捲	27kcal/顆
芋頭鹹粥	146kcal/碗	紅燒豬肉	163kcal	XO 醬炒帆立貝	105kcal
白飯	330kcal/碗	清蒸檸檬紅條石斑	57kcal/塊	肉末蒸蛋	87kcal
白粥	98kcal/碗				
毛豆炒肉片	196kcal	番茄炒蛋	175kcal	季節時蔬	25~80kcal
蘑菇雞丁	184kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
紅燒豆腐	170kcal	季節時蔬	25~80kcal	當歸羊肉湯	47kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	油飯	376kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	干貝翡翠豆腐羹	45kcal/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)				