

➤ **115/04/20(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	65kcal/顆	現煎骰子牛	219kcal	滷牛雙寶	113kcal
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	豆酥南極魚	179kcal/塊	XO 醬炒帆立貝	106kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎菲力雞	125kcal/片	獅子頭滷白菜	108kcal/顆	咖哩雞	176kcal
皮蛋瘦肉粥	128kcal/碗	鮮蔬炒豆包	194kcal	酥炸魚排	95kcal/塊
白飯	330kcal/碗	醬烤軟絲	73kcal	三色蛋	83kcal
白粥	98kcal/碗				
冰心地瓜	80kcal/顆	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
竹筍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蔥燒肉末豆腐	157kcal	季節時蔬	25~80kcal	竹筍排骨湯	72kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	油飯	376kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	味噌年糕雞肉湯	85kcal/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)				

➤ **115/04/21(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)
現煎蘿蔔糕	125kcal/塊	現烤梅花豬	207kcal	醬炒鴨肉	216kcal
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	番茄燉牛肋	259kcal	橙汁雞丁	210kcal
現煎培根片	52kcal/片				
現煎雞蛋豆腐	80kcal/塊	水煮魚	176Kcal	麻油白蝦	12kcal
麻油香菇雞絲粥	142kcal/碗	油蔥雞腿	165kcal/支	蒙古烤豬肉	209kcal
白飯	330kcal/碗	菜脯蛋	180kcal	干貝蒸蛋	63kcal
白粥	98kcal/碗				
蒜香鱸魚	49kcal/片	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
烤薯塊	125kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蔥燒雞	202kcal	什錦海鮮炒麵	271kcal/碗	山藥雞湯	61kcal/碗
毛豆炒蛋	195kcal	酸菜鴨肉湯	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)				

➤ **115/04/22(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)
現煎法式吐司	155kcal/片	現煎牛排	137kcal/片	綠咖哩豬	211kcal
現煎蔥抓餅	250kcal/半片				
現煎蛋	120kcal/顆	白醬雞肉義大利麵	依現場標示	酥炸花枝丸	50kcal/顆
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎燻雞片	150kcal	剝皮辣椒蒸魚	83kcal/塊	燒鴨	134kcal
皮蛋瘦肉粥	128kcal/碗	烤法式豬排	156kcal/支	蒸魚豆腐	108kcal/組
白飯	330kcal/碗	杏鮑菇炒蛋	179kcal	翡翠吻仔魚炒蛋	188kcal
白粥	98kcal/碗				
沙茶透抽	111kcal	鮮蝦沙拉	淋醬 30kcal/匙	季節時蔬	25~80kcal
芥藍炒牛肉	175kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞腿	280kcal/支	紹興豬肉炒飯	351kcal/碗	清燉豬腳湯	67kcal/碗
香菇蒸蛋	58kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	南瓜雞肉濃湯	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)				

➤ **115/04/23(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)
現煎豬肉餡餅	175kcal/顆	現煎南瓜海鮮煎餅	200kcal	紅辣醬炒排骨	210kcal
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	柚香照燒腿排	160kcal/半塊	親子丼	173kcal
現煎培根片	52kcal/片				
現煎德式香腸	155Kcal/根	紅酒燉牛肉	159Kcal	蒜香奶油鮭魚	164kcal/塊
魚片粥	104kcal/碗	樹子蒸虱目魚肚	80kcal/塊	控肉刈包	356kcal/份
白飯	330kcal/碗	黑胡椒豬柳	184kcal	雙色炒蛋	186kcal
白粥	98kcal/碗				
蒲燒鯛魚	192kcal/片	玉米起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸薯餅	172kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香蘑菇蝦仁	108Kcal	季節時蔬	25~80kcal	大滷湯	126kcal/碗
素炒蛋	215kcal				
水煮蛋	75kcal/顆	仙草凍雙圓	86kcal/碗		
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal	剝皮辣椒雞湯	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)				

➤ **115/04/24(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)
現煎鍋貼	65kcal/顆	現作醬油叉燒拉麵	547kcal/碗	鹽烤頸花肉	282kcal
現煎披薩	286kcal/塊				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蒜泥肉片	359kcal	咖哩牛肉	176kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎腿排	152kcal/塊	泰式涼拌牛肉	158kcal	蝦仁腸粉	77Kcal/個
地瓜粥	120kcal/碗	照燒土魷魚	115kcal/塊	腐乳蒸鱸魚	49kcal
白飯	330kcal/碗	酥炸花枝蝦排	162kcal/塊	蛤蜊蒸蛋	53kcal
白粥	98kcal/碗				
小籠湯包	45kcal/顆	胡蘿蔔炒蛋	187kcal	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
小黃瓜炒雞丁	158kcal	季節時蔬	25~80kcal	鮮魚味噌豆腐湯	50kcal/碗
蔥蛋	196kcal	素當歸羊肉湯	30kcal/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)				
包子類	(依現場標示)				

➤ **115/04/25(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	562kcal/顆	日式叉燒	207kcal	烤母香魚	146kcal/尾
現煎蔥抓餅	220kcal/半片				
現煎蛋	120kcal/顆	蒜泥小章魚	65kcal	沙茶豬肉	195kcal
現煎培根片	52kcal/片				
現煎里肌豬排	163Kcal/塊	鹽蔥雞丁	178kcal	紹興蝦	21kcal/尾
香菇雞絲粥	142kcal/碗	烤法式羊排	142kcal/支	唐揚雞	300kcal
白飯	330kcal/碗	番茄炒蛋	175kcal	素蒸蛋	64kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	172kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
杏鮑菇燒雞	189kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
鮮蔬炒百頁	185Kcal	餛飩湯	23kcal/顆	麻油雞湯	69kcal/碗
鯖魚炒蛋	202kcal				
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)				

➤ **115/04/26 (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)
現煎法式吐司	155kcal/片	紅燒牛肉	154kcal	蒜香南極魚	169kcal/塊
現煎蔥抓餅	250kcal/半片				
現煎蛋	120kcal/顆	筊白筍炒豬肉	194kcal	當歸羊肉	176kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎菲力雞排	125kcal/塊	酥炸柳葉魚	72kcal/尾	焗烤培根馬鈴薯	150kcal
白飯	330kcal/碗	櫛瓜炒蝦仁	95kcal	宮保雞丁	228kcal
白粥	98kcal/碗				
烤薯塊	125kcal	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
皮蛋豆腐	67kcal/份	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蔥爆雞丁	202kcal	季節時蔬	25~80kcal	肉絲炒麵	328kcal/碗
菜脯蛋	205kcal	鹹豬肉蛋炒飯	388kcal/碗	鮑魚香菇雞湯	53kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	紫菜蛋花湯	25kcal/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)				

➤ **115/04/27(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)
現烤披薩	286kcal/片	現煎石斑魚	85kcal/塊	蜜汁烤腿排	167kcal/塊
現煎蛋餅	125kcal/半片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	麻油猴菇雞丁	157kcal	蘆筍炒牛肉	185kcal
現煎火腿片	30kcal/片				
現煎豆包	148kcal/塊	烤豬棒腿	183kcal/支	清蒸檸檬魚	57kcal/塊
魚片粥	104kcal/碗	蒜香帆立貝	113kcal	南瓜燒肉	167kcal
白飯	330kcal/碗	金沙海鮮豆腐煲	188kcal	韭菜花炒蛋	175kcal
白粥	98kcal/碗				
麻油炒豬肉	185kcal	鮭魚蒸蛋	96kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞塊	45kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
小黃瓜炒雞絲	194kcal	季節時蔬	25~80kcal	竹筍排骨湯	72kcal/碗
素炒蛋	215kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	55kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	韓式馬鈴薯雞湯	69kcal/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)				