

➤ **115/05/04(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   | 250kcal/半片   | 現煎骰子牛 | 219kcal      | 馬鈴薯燉肉 | 159kcal      |
| 現煎蘿蔔糕   | 125kcal/塊    |       |              |       |              |
| 現煎荷包蛋   | 120kcal/顆    | 咖哩雞   | 176kcal      | 鳳梨蝦球  | 68kcal/尾     |
| 現煎培根    | 52kcal/條     |       |              |       |              |
| 現煎菲力雞   | 125kcal/片    | 金沙透抽  | 186kcal      | 番茄燉牛肋 | 259kcal      |
| 南瓜雞絲粥   | 142kcal/碗    | 水煮鱸魚  | 176kcal      | 辣子雞丁  | 210kcal      |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 蜜汁肋排  | 137kcal/支    | 蔥蛋    | 196kcal      |
| 白粥      | 98kcal/碗     |       |              |       |              |
| 燒賣      | 33~38kcal/顆  | 培根炒蛋  | 246Kcal      | 季節時蔬  | 25~80kcal    |
| 蔥爆雞丁    | 202kcal      | 季節時蔬  | 25~80kcal    | 季節時蔬  | 25~80kcal    |
| 滷豆干     | 231kcal      | 季節時蔬  | 25~80kcal    | 竹筍排骨湯 | 72kcal/碗     |
| 香菇蒸蛋    | 58kcal       | 油飯    | 378kcal/碗    |       |              |
| 水煮蛋     | 75kcal       |       |              |       |              |
| 季節時蔬    | 25~80kcal    | 叻沙雞湯  | 85Kcal/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)      |       |              |       |              |

➤ **115/05/05(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) |
|---------|--------------|--------|--------------|-------|--------------|
| 現煎蛋餅    | 125kcal/半片   | 現煎比目魚  | 100kcal/塊    | 紅咖哩豬肉 | 212kcal      |
| 現煎蘿蔔糕   | 125kcal/顆    |        |              |       |              |
| 現煎荷包蛋   | 120kcal/顆    | 糖醋雞丁   | 210Kcal      | 醬烤軟絲  | 73kcal       |
| 現煎火腿片   | 30kcal/片     |        |              |       |              |
| 現煎烤腿排   | 83kcal/塊     | 醬燒帆立貝  | 113kcal      | 麻辣燙   | 218kcal      |
| 皮蛋瘦肉粥   | 145kcal/碗    | 烤法式羊排  | 142kcal/支    | 滷牛腱   | 151kcal      |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 蛤蜊蒸蛋   | 53kcal       | 起司炒蛋  | 233kcal      |
| 白粥      | 98kcal/碗     |        |              |       |              |
| 西芹豆包    | 189kcal      | 季節時蔬   | 25~80kcal    | 季節時蔬  | 25~80kcal    |
| 櫛瓜炒牛肉   | 183kcal      | 季節時蔬   | 25~80kcal    | 季節時蔬  | 25~80kcal    |
| 小籠湯包    | 45kcal/顆     | 沙茶羊肉炒麵 | 300kcal/碗    | 排骨酥湯  | 102kcal/碗    |
| 毛豆炒蛋    | 195kcal      | 剝皮辣椒雞湯 | 53kcal/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)      |        |              |       |              |

➤ **115/05/06(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) |
| 現烤披薩    | 286kcal/片    | 現煎牛排     | 137kcal/片    | 竹筍炒牛肉   | 175kcal      |
| 現煎蔥抓餅   | 220kcal/半片   |          |              |         |              |
| 現煎蛋     | 120kcal/顆    | 番茄肉醬義大利麵 | 依現場標示        | 紹興蝦     | 12kcal/尾     |
| 現煎培根片   | 52kcal/條     |          |              |         |              |
| 現煎里肌豬排  | 163kcal/片    | 味噌烤鮭魚    | 144kcal/塊    | 泰式檸檬香茅魚 | 238kcal      |
| 鮑魚干貝粥   | 96kcal/碗     | 親子丼      | 173kcal      | 麻油雞     | 209kcal      |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 蚵蛋       | 182kcal      | 翡翠蒸蛋    | 64kcal       |
| 白粥      | 98kcal/碗     |          |              |         |              |
| 蔥爆肉片    | 226kcal      | 季節時蔬     | 25~80kcal    | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 皮蛋豆腐    | 67kcal/組     | 油醋鮮蝦沙拉   | 58kcal       | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 豆酥鯛魚    | 55kcal/塊     | 松露野菇干貝飯  | 340kcal/碗    | 鮮魚蛤蜊豆腐湯 | 37kcal/碗     |
| 胡蘿蔔炒蛋   | 187kcal      | 香腸巧達濃湯   | 145kcal/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)      |          |              |         |              |

➤ **115/05/07(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) |
| 現煎法式吐司  | 155kcal/片    | 現煎虱目魚   | 161kcal/片    | 乾燒蝦仁    | 109kcal      |
| 現煎鍋貼    | 65kcal/顆     |         |              |         |              |
| 現煎荷包蛋   | 120kcal/顆    | 紅燒牛肉    | 154kcal      | 豆乳雞     | 243kcal      |
| 現煎火腿片   | 30kcal/片     |         |              |         |              |
| 現煎燻雞    | 150kcal      | 義式烤雞翅   | 122kcal/支    | 清蒸檸檬紅魷魚 | 49kcal/塊     |
| 竹筍肉絲粥   | 119kcal/碗    | 蝦仁豆腐煲   | 145kcal      | 苦瓜炒羊肉   | 182kcal      |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 椒鹽松阪豬   | 283Kcal      | 番茄炒蛋    | 175kcal      |
| 白粥      | 98kcal/碗     |         |              |         |              |
| 烤薯塊     | 77kcal       | 肉末蒸蛋    | 87Kcal       | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 蔥爆雞丁    | 202kcal      | 季節時蔬    | 25~80kcal    | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 生炒花枝    | 111kcal      | 季節時蔬    | 25~80kcal    | 紫菜魚丸蛋花湯 | 82kcal/碗     |
| 玉米炒蛋    | 205kcal      |         |              |         |              |
| 茶葉蛋     | 75kcal/顆     | 甜點      | -            |         |              |
| 鹹蛋      | 55kcal/半顆    |         |              |         |              |
| 季節時蔬    | 25~80kcal    | 味噌年糕雞肉湯 | 85kcal/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)      |         |              |         |              |

➤ **115/05/08(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  | 175kcal/顆    | 現煮蔬菜湯餃 | 44kcal/顆     | 泡菜豬肉   | 157kcal      |
| 現煎蛋餅    | 125kcal/半片   |        |              |        |              |
| 現煎荷包蛋   | 120kcal/顆    | 安東燉雞   | 187kcal      | 蔥油雞    | 177kcal      |
| 現煎培根片   | 52kcal/條     |        |              |        |              |
| 現煎雞蛋豆腐  | 80kcal/塊     | 清蒸南極魚  | 146kcal/塊    | 豆豉鮮蚶豆腐 | 119kcal      |
| 魚片粥     | 116Kcal/碗    | 蘆筍炒牛肉  | 185kcal      | 蒲燒鰻    | 109kcal/片    |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 酥炸起司條  | 73kcal/個     | 干貝蒸蛋   | 63kcal       |
| 白粥      | 98kcal/碗     |        |              |        |              |
| 酥炸薯餅    | 172kcal/塊    | 香菇蒸蛋   | 58kcal       | 季節時蔬   | 25~80kcal    |
| 素沙茶百頁   | 185kcal      | 季節時蔬   | 25~80kcal    | 季節時蔬   | 25~80kcal    |
| 瓜子肉餅    | 183kcal      | 季節時蔬   | 25~80kcal    | 鮮魚湯    | 37kcal/碗     |
| 菜脯蛋     | 180kcal      |        |              |        |              |
| 茶葉蛋     | 75kcal/顆     | 鳳梨苦瓜雞湯 | 49kcal/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)      |        |              |        |              |
| 包子類     | (依現場標示)      |        |              |        |              |

➤ **115/05/09(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    | 黑胡椒豬柳  | 184kcal      | 醬燒帆立貝   | 113kcal      |
| 現煎法式吐司  | 155kcal/片    |        |              |         |              |
| 現煎蛋     | 120kcal/顆    | 蒜蓉奶油蝦仁 | 94kcal       | 滷牛肚     | 70kcal       |
| 現煎培根片   | 52kcal/片     |        |              |         |              |
| 現煎墨西哥腿排 | 152kcal/塊    | 香菇燒雞   | 192kcal      | 蔥爆豬肉    | 226kcal      |
| 地瓜粥     | 120kcal/碗    | 清蒸石斑魚  | 45kcal/塊     | 檸檬胡椒蝦   | 12kcal/尾     |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 培根炒蛋   | 246kcal      | 皮蛋豆腐    | 67kcal/組     |
| 白粥      | 98kcal/碗     |        |              |         |              |
| 蒜香比目魚   | 105kcal      | 季節時蔬   | 25~80kcal    | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 鮮蔬燴豆腐   | 162kcal      | 季節時蔬   | 25~80kcal    | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 冰心地瓜    | 80kcal/顆     | 鮑魚香菇雞湯 | 53kcal/碗     | 番茄豆腐蛋花湯 | 34kcal/碗     |
| 素炒蛋     | 215kcal      |        |              |         |              |
| 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)      |        |              |         |              |

➤ **115/05/10(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) |
|---------|--------------|----------|--------------|---------|--------------|
| 現煎蔥抓餅   | 220kcal/半片   | 三杯雞      | 196kcal      | 孜然羊排骨   | 191kcal      |
| 現作飯糰    | 562kcal/顆    |          |              |         |              |
| 現煎蛋     | 120kcal/顆    | 美式烤肋排    | 137kcal/支    | 鹽酥魚塊    | 95kcal/塊     |
| 現煎火腿片   | 30kcal/片     |          |              |         |              |
| 現煎小熱狗   | 55kcal/根     | 醋溜鱸魚     | 200kcal      | 咖哩牛肉    | 176kcal      |
| 白飯      | 330kcal/碗    | 辣炒魷魚     | 114kcal      | 蒜香奶油龍蝦  | 57kcal/半尾    |
| 白粥      | 98kcal/碗     |          |              |         |              |
| 蝦仁腸粉    | 77kcal/塊     | 蔥蛋       | 196kcal      | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 金針燴豆腐   | 146kcal      | 季節時蔬     | 25~80kcal    | 季節時蔬    | 25~80kcal    |
| 涼拌海蜇絲   | 37kcal       | 季節時蔬     | 25~80kcal    | 南瓜米粉    | 220kcal/碗    |
| 杏鮑菇炒蛋   | 179kcal      | XO 醬軟絲炒飯 | 377kcal/碗    | 蘿蔔玉米排骨湯 | 87kcal/碗     |
| 水煮蛋     | 75kcal/顆     |          |              |         |              |
| 季節時蔬    | 25~80kcal    | 酸菜鴨肉湯    | 73kcal/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)      |          |              |         |              |

➤ **115/05/11(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      | 鮮炒蘭花蚌 | 109kcal      |
| 現煎蛋餅    | 125kcal/半片   |        |              |       |              |
| 現煎荷包蛋   | 120kcal/顆    | 泡菜年糕豬肉 | 187kcal      | 芋頭燒雞  | 204kcal      |
| 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    | 蔬菜燉牛肉  | 140kcal      | 胡蘿蔔炒蛋 | 187kcal      |
| 白粥      | 98kcal/碗     |        |              |       |              |
| 涼拌雞絲    | 197kcal      | 鮭魚蒸蛋   | 96kcal       | 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    | 瓜子雞湯  | 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)      |        |              |       |              |