

➤ **114/11/24(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	現煎石斑魚	85kcal/塊	三杯軟絲	132kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	彩椒雞丁	188kcal	冰糖豬腳	237kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎雞蛋豆腐	80kcal/片	鐵板牛肉	220kcal	清蒸南極魚	141kcal/塊
地瓜粥	120kcal/碗	檸檬胡椒蝦	87kcal/4 尾	打拋雞	170kcal
白飯	330kcal/碗	烤法式豬排	172kcal/支	鮭魚蒸蛋	96kcal
白粥	98kcal/碗				
咖哩肉末	199kcal	蝦仁炒蛋	189kcal	季節時蔬	25~80kcal
孜然羊肉	200kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
醬烤麵腸	139kcal	季節時蔬	25~80kcal	羅宋湯	84kcal/碗
杏鮑菇炒蛋	179kcal	油飯	376kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	山藥排骨湯	88kcal/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)				

➤ **114/11/25(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	現煎雞腿排	163kcal/塊	紅咖哩燉牛	161kcal
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	滷牛雙寶	114kcal	親子丼	200kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎菲力雞	160kcal/片	蒜炒帆立貝	110kcal	蒜香蘑菇蝦仁	108kcal
海鮮粥	117kcal/碗	蒙古烤肉	209kcal	酥炸豬排	245kcal/片
白飯	330kcal/碗	蘭花蚌炒蛋	190kcal	蚵蛋	182kcal
白粥	98kcal/碗				
西芹炒花枝	107kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蘆筍炒牛肉	186kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蝦仁燴豆腐	165kcal	海鮮炒麵	271kcal/碗	鮭魚味噌湯	73kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	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				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/11/26(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)
現煎雞蛋豆腐	80kcal/塊	現煎牛排	137kcal/片	三杯鴨	261kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	紅醬海鮮義大利麵	196kcal	黑胡椒豬柳	236kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎烤腿排	100kcal/塊	蒜香比目魚	122kcal/塊	義式鱸魚	60kcal/塊
香菇雞絲粥	143kcal/碗	咖哩豬	212kcal	泰式鮮炒	139kcal
白飯	330kcal/碗	翡翠吻仔魚炒蛋	188kcal	帆立貝蒸蛋	65kcal
白粥	98kcal/碗				
豆干炒肉片	232kcal	鮮蝦沙拉	63kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸地瓜薯條	289kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
照燒柳葉魚	56kcal/尾	鹹豬肉蛋炒飯	388kcal/碗	鮑魚雞湯	68kcal/碗
菇菇炒蛋	176kcal	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				
味噌湯	35kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/11/27(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)
現煎蛋餅	113kcal/小片	現煎鱈魚	141kcal/塊	照燒小雞腿	55kcal/支
現煎鐵板麵	252kcal/碗				
現煎蛋	120kcal/顆	口水雞	240kcal	清蒸龍膽石斑	93kcal/塊
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎豆包	148kcal/片	三杯蘭花蚌	147kcal	泡菜豬肉炒年糕	200kcal
吻仔魚粥	111kcal/碗	紅燒牛肉	214kcal	蒜泥透抽	85kcal
白飯	330kcal/碗	酥炸花枝蝦排	153kcal/塊	三色蒸蛋	83kcal
白粥	98kcal/碗				
櫛瓜炒雞丁	133kcal	番茄豆腐炒蛋	160kcal	季節時蔬	25~80kcal
金沙豆腐	229kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
杏鮑菇炒肉片	215kcal	季節時蔬	25~80kcal	醬冬瓜蛤蜊雞湯	49kcal/碗
素蒸蛋	215kcal	甜點	-		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	55kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal	關東煮	129kcal/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)				

➤ **114/11/28(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	當歸鴨肉麵線	359kcal/碗	孜然羊肉	243kcal
現煎法式吐司	150kcal/薄片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	清蒸鮫魚	52kcal/塊	地瓜燒雞	200kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎小熱狗	50kcal/根	鹽水雞	205kcal	豆酥南極魚	141kcal/塊
皮蛋瘦肉粥	145Kcal/碗	咖哩牛肉	205kcal	骰子牛	226kcal
白飯	330kcal/碗	菌菇豆腐煲	140kcal	肉絲木耳炒蛋	191kcal
白粥	98kcal/碗				
蘆筍炒蝦仁	112kcal	培根起司炒蛋	234kcal	季節時蔬	25~80kcal
麻油猴頭菇	128kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蜜汁雞腿	159kcal/支	季節時蔬	25~80kcal	鮮魚蛤蜊豆腐湯	36kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	餛飩湯	23kcal/顆		
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)				

➤ **114/11/29(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	紅酒豬棒腿	155kcal/支	蔬菜燉腱肉	158kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	醋溜透抽	72kcal	照燒土魷魚	196kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	酸菜鴨肉	184kcal	紹興蝦	45kcal/尾
竹筍粥	119kcal/碗	酥炸軟殼蟹	222kcal	小籠湯包	45kcal/顆
白飯	330kcal/碗	肉末蒸蛋	87kcal	帆立貝炒蛋	186kcal
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	172kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
糖醋豆包	167kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
青椒炒牛肉	202kcal	蘿蔔排骨湯	60kcal/碗	紫菜吻仔魚湯	48kcal/碗
香菇蒸蛋	58kcal				
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)				

➤ **114/11/30(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		144kcal	蒜香鮭魚		164kcal/塊
現煎鍋貼		68kcal/顆						
現煎蛋		120kcal/顆	味噌燉牛		175kcal	麻油猴菇鴨肉		241kcal
現煎培根片		52kcal/條						
現煎燻雞片		163kcal	剝皮辣椒蒸肉餅		208kcal	水煮牛		247kcal
白飯		330kcal/碗	佃煮柳葉魚		56kcal/尾	海鮮蒸蛋		67kcal
白粥		98kcal/碗						
烤馬鈴薯		77kcal	鮮蝦豆腐煲		196kcal	季節時蔬		25~80kcal
紫米珍珠丸		56kcal/顆	季節時蔬		25~80kcal	季節時蔬		25~80kcal
皮蛋豆腐		67kcal/組	季節時蔬		25~80kcal	花枝意麵羹		262kcal/碗
玉米炒蛋		205kcal	薑黃炒飯		343kcal/碗	味噌蝦蛤湯		40kcal/碗
水煮蛋		75kcal/顆						
季節時蔬		25~80kcal	瓜仔香菇雞湯		50kcal/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)						

➤ **114/12/01(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		226kcal	泰式涼拌牛肉		172kcal
現煎蛋餅		113kcal/小片						
現煎荷包蛋		120kcal/顆	西芹炒透抽		107kcal	親子丼		200kcal
現煎培根片		52kcal/條						
現煎雞蛋豆腐		80kcal/片	薑黃烤腿排		135kcal/塊	清蒸南極魚		141kcal/塊
芋頭鹹粥		146kcal/碗	紅燒豬肉		195kcal	XO 醬炒帆立貝		135kcal
白飯		330kcal/碗	蒜香白帶魚捲		160kcal	干貝蒸蛋		63kcal
白粥		98kcal/碗						
毛豆炒肉末		196kcal	起司炒蛋		233kcal	季節時蔬		60~100kcal
蘑菇炒雞丁		184kcal	季節時蔬		60~100kcal	季節時蔬		60~100kcal
素麻婆豆腐		169kcal	季節時蔬		60~100kcal	蘿蔔玉米排骨湯		78kcal/碗
菜脯蛋		180kcal	奶油蒜蝦飯		314kcal/碗			
茶葉蛋		75kcal/顆						
季節時蔬		60~100kcal	素當歸湯		35kcal/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)						