

➤ **114/12/15(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	68kcal/顆	現煎雞腿排	142kcal/塊	蒜香鮪魚	74kcal/塊
現煎法式吐司	150kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	清蒸檸檬鱸魚	60kcal/塊	麻油雞	209kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎豬排	205kcal/片	番茄燉牛肉	175kcal	蒙古烤肉	209kcal
鮑魚小卷粥	106kcal/碗	蒜泥透抽	87kcal	紹興白蝦	20kcal/尾
白飯	330kcal/碗	豆豉排骨	221kcal	翡翠吻仔魚炒蛋	188kcal
白粥	98kcal/碗				
滷雞腿	161kcal/支	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
櫛瓜炒牛肉	199kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
西芹炒豆包	189kcal	季節時蔬	25~80kcal	金針排骨湯	84kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	菌菇奶油雞肉飯	321kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	沙茶花枝羹	151kcal/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)				

➤ **114/12/16(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	113kcal/小片	現煎石斑魚	81kcal/塊	蒜頭燒雞	181kcal
現煎蘿蔔糕	125kcal/塊				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	口水雞	200kcal	清蒸比目魚	100kcal/塊
現煎培根片	52kcal/條				
現煎德式香腸	180kcal/根	三杯海鮮	139kcal	酥炸花枝丸	281kcal
鱸魚干貝粥	107kcal/碗	咖哩豬	166kcal	芹菜炒羊肉	217kcal
白飯	330kcal/碗	干貝蒸蛋	63kcal	玉米起司炒蛋	205kcal
白粥	98kcal/碗				
紅燒板豆腐	170kcal	肉絲炒麵	328kcal/碗	季節時蔬	25~80kcal
烤薯塊	77kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
櫛瓜炒雞丁	158kcal	季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔排骨湯	60kcal/碗
鮪魚炒蛋	202kcal	蒜頭蛤蜊雞湯	52kcal/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)				

➤ **114/12/17(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)
現煎豆包	148kcal/塊	現煎牛排	137kcal/片	麻油猴菇燉鴨肉	241kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/個				
現煎蛋	120kcal/顆	紅醬海鮮貝殼麵	196kcal	紅咖哩燉牛	193kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎京醬肉絲	222kcal	清蒸虎斑魚	73kcal/塊	酥炸豆乳雞	243kcal
滑蛋牛肉粥	139kcal/碗	黑胡椒豬柳	236kcal	紅燒海參	110kcal
白飯	330kcal/碗	蟹味炒蛋	195kcal	香菇蒸蛋	58kcal
白粥	98kcal/碗				
烤小雞腿	49kcal/支	烤雞沙拉	86kcal	季節時蔬	25~80kcal
涼拌干貝唇	92kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蝦仁燴豆腐	165kcal	打拋豬炒飯	340kcal/碗	鮭魚味噌湯	73kcal/碗
洋蔥炒蛋	180kcal	巧達培根濃湯	130Kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
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)				

➤ **114/12/18(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)
現煎鐵板麵	252kcal/碗	黑糖桂圓甜湯圓	279kcal/碗	泰式檸檬香茅石斑魚	225kcal
現煎雞蛋豆腐	80kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	鹽蔥雞丁	178kcal	麻油松坂豬	282kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎烤腿排	81kcal/片	蒜香南極魚	141kcal/塊	豆豉鮮蚶	127kcal
香菇雞絲粥	141kcal/碗	紅辣醬炒羊排骨	202kcal	韓式辣烤雞翅	139kcal/支
白飯	330kcal/碗	海鮮豆腐煲	196kcal	番茄炒蛋	175kcal
白粥	98kcal/碗				
洋蔥炒肉片	215kcal	肉末蒸蛋	87kcal	季節時蔬	25~80kcal
皮蛋豆腐	67kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蠔菇奶油蝦仁	108kcal	季節時蔬	25~80kcal	山藥排骨湯	88kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	甜點	-		
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	羅宋湯	84kcal/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)				

➤ **114/12/19(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)
現煎法式吐司	150kcal/片	現煮客家鹹湯圓	464kcal/碗	蒲燒鰻	295kcal
現煎鍋貼	68kcal/顆				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蒸魚肚	112kcal/片	酥炸生蠔	46kcal/顆
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎燒肉	238kcal	烤鴨	134kcal	紅燒豬肉	175kcal
小卷海鮮粥	106kcal/碗	泰式涼拌雞丁	127kcal	親子丼	200kcal
白飯	330kcal/碗	麻辣燙	218kcal	素蒸蛋	64kcal
白粥	98kcal/碗				
西芹炒花枝	106kcal	櫻花蝦干貝炒蛋	184kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸卡拉雞腿	309kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香奶油鯛魚	76kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔玉米排骨湯	78kcal/碗
蔥蛋	196kcal	鳳梨苦瓜雞湯	47kcal/顆		
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)				

➤ **114/12/20(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	紅酒燉腓肉	160kcal	蔥爆牛肉	174kcal
現煎豬肉餡餅	200kcal/顆				
現煎蛋	120kcal/顆	照燒柳葉魚	54kcal/尾	酥炸水餃	
現煎培根片	52kcal/條				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	咖哩海鮮粉絲煲		XO 醬炒帆立貝	135kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	宮保雞丁	228kcal	當歸羊排骨	156kcal
白飯	330kcal/碗	鮭魚時蔬烘蛋	158kcal	蛤蜊蒸蛋	53kcal
白粥	98kcal/碗				
蝦仁腸粉	77kcal/個	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
紅燒豆腐	170kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
鹹蛋蒸肉餅	282kcal	山藥排骨湯	88kcal/碗	鮑魚香菇雞湯	68kcal/碗
玉米炒蛋	205kcal				
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)				

➤ **114/12/21(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	蜜汁烤雞排	167kcal/塊	樹子蒸紅條魚	62kcal/塊
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	清蒸比目魚	100kcal/塊	蒜香蝦仁	108kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎雞蛋豆腐	80Kcal/塊	酥炸月亮蝦餅	105kcal/小片	辣炒豬五花	264kcal
白飯	330kcal/碗	橙汁排骨	291kcal	烤法式羊排	142kcal/支
白粥	98kcal/碗				
酥炸薯餅	172kcal/塊	櫻花蝦干貝炒蛋	184kcal	肉絲炒米粉	264kcal/碗
醬燒麵腸	179kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
櫛瓜炒雞丁	158kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
素炒蛋	215kcal	泰式蝦醬炒飯	392kcal/碗	紫米紅豆湯圓	168kcal/碗
茶葉蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	紫菜叻仔魚蛋花湯	48kcal/碗	豆腐鮮魚湯	32kcal/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)				

➤ **114/12/22(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	現煎骰子牛	297kcal	綠咖哩雞	185kcal
現煎蘿蔔糕	125kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蔥油雞腿	165kcal/支	糖醋鱸魚	218kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎里肌豬排	205kcal/片	蒜炒鹹豬肉	348kcal	芥藍炒牛肉	204kcal
地瓜粥	120kcal/碗	清蒸石斑魚	54kcal/塊	酸菜鴨肉	184kcal
白飯	330kcal/碗	椒鹽軟絲	159kcal	帆立貝蒸蛋	65kcal
白粥	98kcal/碗				
麻油猴頭菇炒雞丁	157kcal	番茄豆腐炒蛋	160kcal	季節時蔬	60~100kcal
酥炸地瓜薯條	289kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
茄汁豆包	181kcal/塊	季節時蔬	60~100kcal	味噌豬肉湯	65Kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal	油飯	376kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	干貝蘿蔔雞湯	72kcal/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)				