

➤ **115/01/19(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	現煎白燒鰻	147kcal/塊	蒜香比目魚	105kcal/塊
現煎蔥抓餅	122kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	烤肋排	137kcal/支	地瓜燒肉	175kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎菲力雞	160kcal/片	蒜頭燒雞	181kcal	骰子牛	266kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	塔香透抽	137kcal	茄汁大蝦	30kcal/尾
白飯	330kcal/碗	鐵板牛肉	220kcal	肉絲木耳炒蛋	191kcal
白粥	98kcal/碗				
蒲燒鰻	136kcal/小片	香菇蒸蛋	58kcal	季節時蔬	25~80kcal
竹筍炒牛肉	218kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
西芹炒豆包	189kcal	季節時蔬	25~80kcal	餛飩湯	23kcal/顆
菜脯蛋	180kcal	油飯	376kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	味噌豬肉湯	65kcal/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)				

➤ **115/01/20(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	115kcal/塊	現烤梅花豬	202kcal	咖哩牛肉	205kcal
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蔥爆羊肉	192kcal	三杯軟絲	132kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎雞蛋豆腐	80kcal/塊	烤雞翅	131Kcal/支	油淋雞腿	167kcal/支
芋頭鹹粥	146kcal/碗	蔭醬鳳梨蒸石斑	45kcal/塊	糯米椒炒豬肉	173kcal
白飯	330kcal/碗	番茄炒蛋	175kcal	帆立貝蒸蛋	65kcal
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	77kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
照燒雞丁	176kcal	肉絲炒麵	328kcal/碗	虱目魚肚湯	53kcal/碗
起司炒蛋	233kcal	蒜頭蛤蜊雞湯	52kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	65kcal/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)				

➤ **115/01/21(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)
現煎鐵板麵	252kcal/碗	現煎牛排	137kcal/片	綠咖哩豬	211kcal
現煎蔥抓餅	122kcal/小片				
現煎蛋	120kcal/顆	野菇松露鮮蝦義大利麵	136kcal	蒜泥小花枝	53Kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎德式香腸	180kcal/根	清蒸南極魚	145kcal/塊	滷牛腱	166kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	春川炒雞	211kcal	油蔥雞腿	165kcal/支
白飯	330kcal/碗	杏鮑菇炒蛋	179kcal	吻仔魚炒蛋	188kcal
白粥	98kcal/碗				
西芹炒透抽	107kcal	凱薩雞肉沙拉	淋醬 67kcal/匙	季節時蔬	25~80kcal
竹筍炒肉片	194kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
烤鯖魚	148kcal/塊	紹興炒飯	289kcal/碗	山藥排骨湯	88kcal/碗
香菇蒸蛋	58kcal	南瓜干貝濃湯	95kcal/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)				

➤ **115/01/22(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	200kcal/顆	現煎南瓜海鮮煎餅	175kcal	紅辣醬炒排骨	210kcal
現煎法式吐司	150kcal/片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	蒸魚豆腐	87kcal/組	牛肉丼	197kcal
現煎火腿片	20kcal/條				
現煎燻雞片	163kcal	酥炸乳酪條	356Kcal	豆豉鮮蚶豆腐	119kcal
海鮮粥	117kcal/碗	口水雞	200kcal	鹽烤虎斑下巴	105kcal
白飯	330kcal/碗	烤法式羊排	142kcal/支	翡翠蒸蛋	64kcal
白粥	98kcal/碗				
蒲燒鯛魚	230kcal	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞腿	280kcal/支	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
鳳梨木耳炒肉絲	196kcal	季節時蔬	25~80kcal	素當歸羊肉湯	35kcal/碗
素炒蛋	215kcal	仙草凍雙圓	86kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	65kcal/半顆				
季節時蔬	25~80kcal	瓜仔雞湯	49kcal		
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)				

➤ **115/01/23(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	68kcal/顆	現作醬油叉燒拉麵	547kcal/碗	烤頸花肉	282kcal
現煎蛋餅	113kcal/塊				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	XO 醬炒帆立貝	135kcal	親子丼	173kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎烤腿排	81kcal/塊	紅酒燉牛肉	175kcal	蝦仁腸粉	77Kcal/個
竹筍雞絲粥	119kcal/碗	蒸魚肚	92kcal/片	三杯鴨腿	235kcal
白飯	330kcal/碗	麻婆豆腐	182kcal	海鮮蒸蛋	67kcal
白粥	98kcal/碗				
醬燒柳葉魚	43kcal/尾	玉米炒蛋	205kcal	季節時蔬	25~80kcal
金針燴豆腐	146kcal	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蘆筍炒牛肉	186kcal	季節時蔬	25~80kcal	羅宋湯	84kcal/碗
菜脯蛋	180kcal	剝皮辣椒雞湯	61kcal/碗		
茶葉蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	65kcal/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)				

➤ **115/01/24(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)
現烤披薩	283kcal/片	馬鈴薯燉肉	159kcal	烤母香魚	146kcal/尾
現煎港式蘿蔔糕(葷)	115kcal/片				
現煎蛋	120kcal/顆	水煮牛	247kcal	沙茶豬肉	195kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎燒肉	238kcal	檸檬胡椒蝦	30kcal/尾	酥炸起司雞排	381kcal/塊
香菇雞絲粥	143kcal/碗	蜜汁烤腿排	160kcal/塊	生炒花枝	121kcal
白飯	330kcal/碗	番茄豆腐炒蛋	160kcal	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
皮蛋豆腐	67kcal/組	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蒜香蘑菇蝦仁	108kcal	餛飩湯	23kcal/顆	酸菜鴨肉湯	65kcal/碗
胡蘿蔔炒蛋	187kcal				
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)				

➤ **115/01/25 (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)
現作飯糰	538kcal/顆	當歸羊肉	172kcal	蒜香南極魚	141kcal/塊
現煎蔥抓餅	122kcal/片				
現煎蛋	120kcal/顆	酥炸魚條	215kcal	紅燒牛肉	214kcal
現煎培根片	52kcal/條				
現煎墨西哥腿排	152kcal/塊	鹽水雞	153kcal	焗烤培根馬鈴薯	154kcal/半顆
白飯	330kcal/碗	麻油松阪豬	264kcal	三杯小卷	132Kcal
白粥	98kcal/碗				
冰心地瓜	80kcal/顆	蘭花蚌炒蛋	190Kcal	季節時蔬	25~80kcal
紅燒獅子頭	108kcal/顆	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
蝦仁燴豆腐	162kcal	季節時蔬	25~80kcal	咖哩烏龍麵	288kcal/碗
火腿炒蛋	205kcal	鮭魚蛋炒飯	342kcal/碗	鮮魚湯	57kcal/碗
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	蘿蔔排骨湯	60kcal/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)				

➤ **115/01/26(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)
現炒港式蘿蔔糕(葷)	210kcal/碗	現煎骰子牛	226kcal	蜜汁烤腿排	160kcal/塊
現煎蛋餅	113kcal/小片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	麻油雞	209kcal	南瓜燒肉	167kcal
現煎火腿片	20kcal/片				
現煎豆包	148kcal/塊	烤豬棒腿	183kcal	蒜香帆立貝	110kcal
魚片粥	116kcal/碗	豆酥石斑魚	45kcal/塊	紅辣醬炒羊排骨	202kcal
白飯	330kcal/碗	菌菇豆腐煲	140kcal	番茄豆腐炒蛋	160kcal
白粥	98kcal/碗				
烤白燒鰻	147Kcal	起司炒蛋	233kcal	季節時蔬	25~80kcal
酥炸雞塊	45kcal/塊	季節時蔬	25~80kcal	季節時蔬	25~80kcal
小黃瓜炒雞丁	158Kcal	季節時蔬	25~80kcal	黃瓜排骨湯	70kcal
蔥蛋	196kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
鹹蛋	65kcal/顆				
季節時蔬	25~80kcal	大滷湯	110Kcal/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)				