

➤ **114/06/30(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	現煎魚	342kcal	咖哩豬肉	212kcal
現煎蔥抓餅	487kcal/整片				
現煎荷包蛋	120kcal/顆	滷牛雙寶	130kcal	泰式檸檬香茅魚	285kcal
培根片	340kcal				
現煎豆包	170kcal/個	彩椒雞丁	221kcal	豆鼓鮮蚵豆腐	148kcal
香菇雞絲粥	143kcal/碗	打拋豬	280kcal	紅酒燉牛肉	175kcal
白飯	330kcal/碗	蔬菜燉羊	258kcal	酥炸花枝丸	281kcal
白粥	98kcal/碗				
沙茶肉片	205kcal	起士炒蛋	233kcal	季節時蔬	60~100kcal
燒賣	翡翠 60kcal/顆 蟹黃 46kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
蝦仁腸粉	77kcal/個	季節時蔬	60~100kcal	紫菜魚丸蛋花湯	58kcal/碗
菜脯蛋	215kcal	臘味飯	380kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal	素當歸湯	35kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/07/01(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	338kcal/片	Rom' antica Pizza 羅馬披薩	-	清蒸石斑	155kcal
豬肉餡餅					
現煎荷包蛋	120kcal/顆	烤豬棒腿	218kcal/支	馬鈴薯燉肉	180kcal
火腿片	170kcal				
現煎德式香腸	180kcal/根	金沙海鮮豆腐煲	179kcal	泰式涼拌牛肉	172kcal
鱸魚粥	129kcal/碗	藥燉羊肉	183kcal	蔥燒鴨肉	282kcal
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	干貝炒蛋	198kcal	番茄炒蛋	175kcal
小籠湯包	45kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
金針炒肉片	236kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	韓式海鮮辣炒年糕	198kcal	鮭魚味噌湯	83kcal/碗
蔥蛋	215kcal	鳳梨苦瓜雞湯	73kcal/碗		
水煮蛋	75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜·肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/07/02(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)
現煎蘿蔔糕 蔥抓餅	115kcal/塊 487kcal/整片	現煎牛排	137kcal/片	蒸魚	282kcal
現煎荷包蛋 培根片	120kcal/顆 340kcal	南瓜海鮮義大利麵	149kcal	冰糖豬腳	237kcal
現煎雞蛋豆腐	100kcal	奶油燉雞	190kcal	薑黃烤腿排	135kcal/塊
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	烤法式羊排	142kcal/支	蝦仁腸粉	77kcal/個
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	培根起司炒蛋	234kcal	香菇蒸蛋	60kcal
蜜汁棒腿	215kcal/支	鯖魚拌沙拉	85kcal	季節時蔬	60~100kcal
滷豆包	145kcal/個	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
櫛瓜炒肉末	128kcal	麻油豬肉蛋炒飯	356kcal/碗	蘿蔔排骨湯	70kcal/碗
起士炒蛋 水煮蛋(低脂) 鹹蛋	233kcal 75kcal/顆 65kcal/半顆	野菇香腸巧達濃湯	130kcal/碗		
季節時蔬(低油)	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/07/03(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 現煎蛋餅	183kcal 338kcal/片	現煎雞腿排	163kcal/塊	醬炒鴨腿	274kcal
現煎荷包蛋 火腿片	120kcal/顆 170kcal	蔬菜燉牛	166kcal	腐乳馬鈴薯燒雞	199kcal
現煎墨西哥腿排	152kcal/整片	梅子蒸魚	105kcal	滷排骨	154kcal/片
魚肚粥	135kcal/碗	蒜泥肉片	350kcal	義式烤比目魚	209kcal
白粥、白飯	330kcal/碗 98kcal/碗	酥炸薯餅	200kcal/個	蔥爆羊肉	192kcal
燒賣	翡翠 60kcal/顆 鮮肉 38kcal/顆	叻仔魚炒蛋	205kcal	季節時蔬	60~100kcal
烤薯塊	77kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
照燒洋蔥豬	258kcal	季節時蔬	60~100kcal	羅宋湯	84kcal/碗
菜脯蛋 水煮蛋(低脂)	215kcal 75kcal/顆	甜湯	-		
季節時蔬(低油)	60~100kcal	酸菜鴨肉湯	65kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子類 3 種	(依現場標示)				

➤ **114/07/04(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 鍋貼	200kcal/顆 68kcal/顆	海鮮麵疙瘩	375kcal/碗	咖哩豬	212kcal
現煎荷包蛋 火腿片	120kcal/顆 340kcal	泰式檸檬香茅魚	350kcal	清蒸魚	155kcal
現煎菲力雞排	160kcal	橙汁雞丁	225kcal	烤香腸	159kcal/根
絲瓜肉絲粥	144kcal/碗	紅酒燉牛肉	175kcal	酥炸魷魚圈	289kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	泡菜豬五花	341kcal	三色蛋	83kcal
檸檬烤翅	125kcal/支	蝦仁炒蛋	189kcal	季節時蔬	60~100kcal
酸菜炒麵腸	199kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
豆芽炒肉片	207kcal	季節時蔬	60~100kcal	蒜頭雞湯	71kcal/碗
洋蔥炒蛋 水煮蛋	180kcal 75kcal/顆	蘿蔔排骨湯	70kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/07/05(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)
現煎豬肉餡餅 現做飯糰	200kcal/顆 214kcal	豆乳雞	279kcal	烤鮭魚	271kcal
現煎荷包蛋 火腿片	120kcal/顆 170kcal	紅燒豬肉	195kcal	地瓜薯條	355kcal
現煎雞蛋豆腐	100kcal	烤法式羊排	142kcal/支	豬肉丼	218kcal
皮蛋瘦肉粥	145kcal/碗	酥炸魚條	215kcal	蝦仁腸粉	77kcal/個
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	香菇蒸蛋	60kcal	干貝蒸蛋	60kcal
醬冬瓜蒸肉餅	198kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
珍珠丸	59kcal/顆	竹筍雞肉湯	68kcal/碗	蘿蔔排骨湯	70kcal/碗
蔥蛋 水煮蛋	215kcal 75kcal/顆				
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/07/06(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 蘿蔔糕	487kcal/整片 115kcal/塊	紅燒翅腿	45kcal/支	醋溜魚	245kcal
現煎荷包蛋 培根片	120kcal/顆 170kcal	滷虱目魚肚	112kcal/片	金沙中卷	198kcal
現煎德式香腸	180kcal/根	酥炸花枝丸	281kcal	豬肉丼	218kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	牛肉咖哩	205kcal	鯖魚蔬菜烘蛋	117kcal
紅燒獅子頭	157kcal	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
皮蛋豆腐	97kcal/組	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
烤薯塊	77kcal	炒烏龍麵	147kcal	牛肉蛋炒飯	349kcal/碗
素炒蛋 水煮蛋	215kcal 75kcal/顆	剝皮辣椒雞湯	61kcal/碗	福州丸排骨湯	133kcal/碗
季節時蔬	60~100kcal				
季節時蔬	60~100kcal				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				

➤ **114/07/07(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 現煎豆包	68kcal/顆 170kcal/個	現煎骰子牛	297kcal	藥燉羊肉	183kcal
現煎荷包蛋 培根片	120kcal/顆 340kcal	烤犬牙南極魚	312kcal	咖哩雞	193kcal
現煎德式香腸	180kcal/根	豬肉丼	218kcal	烤肋排	265kcal
香菇肉末粥	133kcal/碗	蒜泥雞丁	167kcal	三杯豆包	226kcal
白飯 白粥	330kcal/碗 98kcal/碗	花枝蝦油條	414kcal	XO 醬炒蘭花蚌	147kcal
照燒洋蔥豬	258kcal	干貝蒸蛋	60kcal	季節時蔬	60~100kcal
燒賣	蟹黃 46kcal/顆 翡翠 60kcal/顆	季節時蔬	60~100kcal	季節時蔬	60~100kcal
檸檬烤翅	125kcal/支	季節時蔬	60~100kcal	剝皮辣椒雞湯	61kcal/碗
蔥炒蛋 水煮蛋	215kcal 75kcal	油飯	378kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal	蛤蠣冬瓜排骨湯	70kcal/碗		
季節時蔬	60~100kcal				
肉燥	60kcal/15ml				
味增湯	50kcal/碗				
綜合醬瓜・肉鬆	(依現場標示)				
包子	(依現場標示)				