



本公司所使用豬肉、牛肉及其原料產地
 菜單設計者：鄧羽婷

營養師鄧羽婷
 證書字號007265號



1月2日(四)		
夏威夷炒飯		
黃金排骨酥(炸)		
香魯豆腐(豆)		
醬燒肉包(冷主)		
大陸妹		
黃瓜排骨湯		
熱量:	807	脂肪: 25
醣類:	110	蛋白質: 31.5



1月6日(一)		
日式炒烏龍		
黑胡椒豬排		
黃瓜彩繪肉片		
奶香饅頭(冷主)		
高麗菜		
蘿蔔排骨湯		
熱量:		脂肪: 26
醣類:		蛋白質: 30.8

水果

1月7日(二)		
小米飯		
夜市轟炸大雞排(炸)		
鐵板蘑菇肉片		
什錦白菜滷(豆)		
油菜		
玉米濃湯		
熱量:	846.8	脂肪: 26
醣類:	121.5	蛋白質: 31.7



1月8日(三)		
地瓜飯		
蒜泥白肉		
蕃茄蛋豆腐(豆)		
醬燒甜不辣(加)		
青江菜		
紅豆紫米湯		
熱量:	819	脂肪: 27
醣類:	115	蛋白質: 38

1月9日(四)		
沙茶什錦炒飯		
板烤雞腿排		
海帶三絲(豆)		
台式香腸(加)		
大陸妹		
筍絲豚骨湯		
熱量:	825.6	脂肪: 26
醣類:	115	蛋白質: 32.9



1月13日(一)		
台式什錦炒麵+水果		
蔥燒豬里肌		
芋泥包(冷主)		
蝦香扁蒲		
小白菜		
榨菜肉絲湯		
熱量:	835.2	脂肪: 26
醣類:	119.5	蛋白質: 30.8

1月14日(二)		
胚芽飯		
香酥雞翅(炸)		
薑蔥燒肉		
香滷五香豆干(豆)		
豆芽菜		
薑絲冬瓜湯		
熱量:	777.5	脂肪: 27.5
醣類:	100.5	蛋白質: 32

1月15日(三)		
地瓜飯		
茄汁燉肉		
蝦香扁蒲		
日式茶碗蒸		
大白菜		
小白菜豆腐湯(豆)		
熱量:	797	脂肪: 27
醣類:	109.5	蛋白質: 34

1月16日(四)		
麻香豬肉炒飯		
親子丼		
如意水餃(冷主)		
關東煮(豆)		
高麗菜		
黃瓜排骨湯		
熱量:	833.5	脂肪: 27.5
醣類:	119.5	蛋白質: 32

