



上將 中央餐廳

穀保家商108年1~2月

*本公司全面使用非基因改造玉米及豆製品，嚴謹安心使用 *本菜單含有蝦、花生、奶製品、蛋及蛋製品、芝麻、藥材粉及藥製品、堅果類及藥製品、含麩筋蛋白之穀物、大豆及其製品、蜂蜜等食品，不適含其過敏體質者食用**消費者服務專線：(02)2796-9305 傳真：(02)2276-3714 e-mail: ih9305@gmail.com ©營養師：周桂慧 (營養字第 007802 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	附餐	公服 中服	高麗 菜肉	韭菜 菜肉	蒜泥 菜肉	熱菜
2	三	芝麻飯 芝麻、白米	香草烤雞翅 雞翅-烤	泰式檸香豬 蘿蔔、豬肉、蔬菜-燒	針菇白菜 白菜、金針菇、木耳-煮	古園園 地瓜圓 芋圓甜湯 芋圓、地瓜圓		6.4	2.6	2.3	2.7	822
3	四	白飯 白米	西班牙燉豬 豬肉、洋芋-煮	炸麥克雞塊 麥克雞塊-炸 每人2個	玉筍花椰菜 花椰菜、玉米筍-炒	有機蔬菜 玉米、洋芋、雞蛋		6.6	2.5	2.3	2.7	824
4	五	胚芽飯 白米、胚芽	果香酸甜雞肉 雞肉、鳳梨、洋蔥-燒	八寶豬肉鵪鶉蛋 豆干、香菇、豬肉、鵪鶉蛋-滷	高麗粉絲 高麗菜、冬粉、豬肉、蔬菜-煮	古園園 金針排骨湯 金針、蘿蔔、湯排	水果	6.4	2.6	2.3	2.6	820
7	一	白飯 白米	佛蒙特咖哩豬 咖哩、豬肉、洋芋、洋蔥、紅蘿蔔-煮	烤雞肉串 雞肉串-烤	菇燜結頭 結頭菜、鮮菇、紅蘿蔔-煮	古園園 日式味噌湯 小魚、洋蔥、蘿蔔、味噌	水果	6.4	2.6	2.3	2.6	820
8	二	薏仁飯 薏仁、白米	脆皮雞腿肉捲 雞腿肉捲-烤	醬爆豬肉 豬肉、豆干、蘿蔔、芹菜-煮	玉米炒蛋 玉米、紅蘿蔔、雞蛋-炒	古園園 蘿蔔排骨湯 蘿蔔、金針菇、排骨	點心	6.6	2.5	2.5	2.6	829
9	三	麥片飯 麥片、白米	蔥燒豬肉 蔥、洋蔥、豬肉-燒	焗烤 起司奶醬雞 雞肉、洋芋、蔬菜-燒	芹香甘藍 高麗菜、紅蘿蔔、芹菜-炒	古園園 燒仙草 仙草、綠豆		6.4	2.6	2.3	2.7	813
10	四	糙米飯 白米、糙米	炸咔啦雞排 雞排-炸	春川泡菜豬肉 大白菜、年糕、豬肉、紅蘿蔔、木耳-炒	椒香豆芽 黑胡椒、豆芽菜、蔬菜-炒	有機蔬菜 青蔥珠、番茄、雞蛋		6.4	2.6	2.3	2.6	820
11	五	番茄 義大利麵 麵、雞肉、玉米、蘿蔔、洋蔥、番茄	豬肉條 豬肉條-烤 每人4條	照燒雞肉 雞肉、洋蔥、蘿蔔-燒	油燜黃瓜 黃瓜、紅蘿蔔、木耳、鮮菇-煮	古園園 南瓜排骨湯 南瓜、玉米、湯排	水果	6.4	2.6	2.3	2.7	813
14	一	雜糧飯 雜糧、白米	粉紅醬雞肉 雞肉、玉米、紅蘿蔔-燒	豬肉粉絲煲 高麗菜、粉絲、番茄、木耳、豬肉-炒	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	古園園 珍菇蘿蔔湯 鮮菇、蘿蔔、湯排	水果	6.6	2.5	2.3	2.7	824
15	二	白飯 白米	左宗棠豬肉 豬肉、洋蔥、彩椒-燒	香濃咖哩雞 咖哩、馬鈴薯、紅蘿蔔、雞肉-煮	雙色花椰 花椰菜、紅蘿蔔-炒	古園園 豆腐味噌湯 豆腐、海芽、青蔥珠	點心	6.6	2.5	2.5	2.6	829
16	三	香菇 肉絲油飯 糯米、白米、香菇、肉絲、麵輪	美式大雞腿 雞腿-烤	章魚燒 章魚燒-燒 每人2個	紅燒鮑菇 鮑菇、百頁、蘿蔔、蔬菜-煮	古園園 包心圓醇奶 包心圓、奶粉		6.6	2.5	2.3	2.7	824
17	四	白飯 白米	沙茶豬肉 豬肉片、洋蔥-炒	炸柳葉魚 柳葉魚-炸 每人2條	滷白菜 大白菜、木耳、豆皮-煮	有機蔬菜 結頭菜、雞骨、蔬菜		6.4	2.6	2.3	2.7	822
2/11	一	白飯 白米	香濃咖哩雞肉 咖哩、雞肉、洋芋、蘿蔔、洋蔥-煮	瓜仔豬肉鵪鶉蛋 脆瓜、鮮瓜、鵪鶉蛋、豬肉-煮	芹香甘藍 高麗菜、芹菜、木耳、紅蘿蔔-炒	古園園 蘿蔔排骨湯 蘿蔔、湯排	水果	6.4	2.6	2.3	2.6	820
12	二	糙米飯 糙米、白米	塔香鮑菇豬肉 豬肉、鮑菇-煮	蒲燒鯛 蒲燒鯛-蒸	雙色滑蛋 玉米、紅蘿蔔、雞蛋-炒	古園園 小魚味噌湯 味噌、豆腐、小魚	點心	6.6	2.5	2.5	2.6	829
13	三	番茄豬肉 螺旋麵 番茄、豬肉、蔬菜、螺旋麵	金黃炸棒棒腿 棒棒腿-炸 每人2支	金瓜燉豬肉 南瓜、豬肉、蔬菜-燒	鮑菇花椰菜 花椰菜、鮑菇、玉米筍-煮	古園園 黑糖山粉圓 山粉圓		6.4	2.6	2.3	2.7	813
14	四	薏仁飯 薏仁、白米	蔥爆鐵板豬肉 豬肉、洋蔥、彩椒-煮	鍋貼 鍋貼-烤 每人2個	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	有機蔬菜 海芽、雞肉		6.4	2.6	2.3	2.6	820
15	五	白飯 白米	和風醬雞肉 雞肉、蔬菜-煮	紅燒獅子頭 獅子頭、油豆腐、木耳、毛豆-燒	蝦皮白菜 白菜、紅蘿蔔、蔬菜、蝦皮-炒	古園園 玉米蛋花湯 玉米、雞蛋、蔬菜	水果	6.4	2.6	2.3	2.7	813
18	一	燕麥飯 燕麥、白米	柚香豬肉 柚子醬、豬肉、蔬菜-煮	海苔花枝丸 海苔、花枝丸-燒 每人2個	木耳高麗 高麗菜、木耳、蘿蔔-炒	古園園 冬瓜雞湯 冬瓜、薏仁、雞肉	水果	6.6	2.5	2.3	2.7	824
19	二	白飯 白米	碳烤雞腿 雞腿-烤	味噌豬肉 白蘿蔔、豬肉、海苔-煮	腰果豆干 豆干、蘿蔔、腰果-煮	古園園 番茄羅宋湯 番茄、洋芋、蔬菜、芹菜	點心	6.6	2.5	2.5	2.6	829
20	三	玉米飯 玉米、白米	壽喜燒豬肉 豬肉、洋蔥-煮	黃金泡菜雞 泡菜、雞肉、蔬菜-煮	鮑菇百頁 鮑菇、百頁豆腐、條豆-煮	古園園 紅豆湯圓 紅豆、湯圓		6.6	2.5	2.3	2.7	824
21	四	小米飯 小米、白米	照燒魚排 魚排-燒	豆瓣燒肉豆腐 豆腐、豬肉、青蔥珠、青豆-煮	白菜煨肉 大白菜、木耳、蘿蔔、肉絲-煮	有機蔬菜 金針菇、雞蛋、蔥		6.4	2.6	2.3	2.7	822
22	五	肉絲油飯 白米、肉絲、麵輪	三杯燒鴨 鴨肉、鮑菇-燒	鹹豬肉炒蛋 紅蘿蔔、鹹豬肉、洋蔥、雞蛋-炒	蔥燒結頭 結頭、木耳、紅蘿蔔、蔥頭-燒	古園園 南瓜湯 南瓜、洋芋、肉絲	水果	6.4	2.6	2.3	2.6	820
23	六	芝麻飯 芝麻、白米	炸豬排 豬排-炸	甜醬雞肉 雞肉、黃瓜、蔬菜-煮	田園粉絲 高麗菜、冬粉、絞肉、蔬菜-燒	古園園 竹筍排骨湯 竹筍、湯排	水果	6.4	2.6	2.3	2.6	820
25	一	白飯 白米	宮保花生雞 雞肉、洋蔥、花生-燒	白醬玉米貢丸 洋芋、玉米、貢丸、紅蘿蔔-煮	紅絲豆芽 豆芽菜、紅蘿蔔-炒	古園園 結頭排骨湯 結頭、鮮菇、湯排	水果	6.4	2.6	2.3	2.7	822
26	二	地瓜飯 地瓜、白米	莎莎豬肉 豬肉、番茄-燒	醬燒魚條 魚條-燒 每人2條	蝦香高麗 高麗菜、蔬菜、蝦皮-炒	古園園 洋芋濃湯 洋芋、玉米、紅蘿蔔	點心	6.6	2.5	2.3	2.7	824
27	三	肉絲什錦 貓耳朵 肉絲、高麗菜、蔬菜、麵疙瘩	香香烤雞排 雞排-烤	回鍋肉片 豆干、豬肉、蔬菜-燒	炒花椰菜 花椰菜、蔬菜-炒	古園園 綠豆西米露 綠豆、西谷米		6.4	2.6	2.3	2.6	820