

法務部矯正署臺北看守所收容人 113年03月份菜單

日期	星期	早	餐	午	餐	晚	餐	備註	日期	星期	早	餐	午	餐	晚	餐	備註
1	五	銀絲卷 奶茶		咖哩雞肉燴飯 炸蝦捲 筍片排丁湯		紅燒獅子頭 鮮筍炒三絲 時令蔬菜 芹香魚丸湯			17	日	筍絲肉粥 薑片		沙茶羊肉燴飯 時蔬冬粉 青菜蛋花湯		嫩薑麻油雞 鮮筍炒肉絲 時令蔬菜 魷魚羹湯		
2	六	筍絲肉粥 花瓜條		醬爆排丁 時蔬米粉 時令蔬菜 小魚味噌湯		醬爆雞丁 玉米火腿 時令蔬菜 蜜花生甜湯			18	一	芋頭肉粥 花瓜條		咖哩雞肉燴飯 炸芝麻球 貢丸蛋花湯		醬爆排丁 沙茶魷魚羹 時令蔬菜 麻油雞湯		
3	日	玉米粥 辣菜心		黑胡椒牛肉燴飯 鮮筍炒三絲 玉米蛋花湯		薑味麻油雞 螞蟻上樹 時令蔬菜 魷魚羹湯			19	二	饅頭 紅茶		紅燒雞丁 玉米絞肉 時令蔬菜 三絲羹湯		薑母鴨 螞蟻上樹 時令蔬菜 芋圓薑湯		
4	一	清粥 辣什錦 辣玉筍		麻油雞肉燴飯 炸麥克雞塊 筍片肉絲湯		桶筍燒雞 雪菜炒絞肉 時令蔬菜 三絲羹湯			20	三	地瓜粥 蔭瓜		什錦麵(湯) 炸麥克雞塊		薑味麻油雞 芹香肉羹 時令蔬菜 玉米蛋花湯		
5	二	饅頭 紅茶		豆腐乳雞丁 榨菜炒肉絲 時令蔬菜 青菜蛋花湯		蔥爆羊肉 玉米絞肉 時令蔬菜 地瓜圓薑湯			21	四	高麗菜肉粥 辣什錦		什錦燒雞 麻婆豆腐 時令蔬菜 小魚味噌湯		醬燒牛肉 酸菜炒絞肉 時令蔬菜 綠豆甜湯		
6	三	地瓜肉粥 蔭瓜		榨菜肉絲麵(湯) 炸豬肉水餃		薑母鴨 時蔬米粉 時令蔬菜 小魚味噌湯			22	五	銀絲捲 豆漿		沙茶肉羹燴飯 炸蝦捲 紫菜蛋花湯		香菇瓜子肉 芹香魚丸 時令蔬菜 榨菜肉絲湯		
7	四	高麗菜肉粥 辣什錦		香蒜牛肉 四蔬絞肉 時令蔬菜 蘿蔔排丁湯		桶筍燒雞 香滷海帶結 時令蔬菜 綠豆甜湯	壽星 便當		23	六	筍絲肉粥 花瓜條		香蒜羊肉 四蔬絞肉 時令蔬菜 三絲羹湯		紅燒獅子頭 香滷海帶結 時令蔬菜 蜜花生甜湯		
8	五	銀絲捲 奶茶		咖哩雞肉燴飯 炸雞捲 三絲羹湯		紅燒獅子頭 玉米絞肉 時令蔬菜 芹香魚丸湯			24	日	玉米粥 辣豆腐乳		黑胡椒牛肉燴飯 糖醋豆包 芹香魚丸湯		麻油雞 雪菜炒干丁 時令蔬菜 小魚味噌湯		
9	六	筍絲肉粥 花瓜條		醬燒扣肉 肉燥炒干丁 時令蔬菜 海帶芽湯		香蒜牛肉 榨菜炒肉絲 時令蔬菜 湯圓薑湯			25	一	高麗菜肉粥 薑片		沙茶魷魚羹燴飯 炸雞排塊 麻油雞湯		薑母鴨 螞蟻上樹 時令蔬菜 海帶芽湯		
10	日	玉米粥 薑片		黑胡椒牛肉燴飯 時蔬冬粉 香菇雞湯		蔥爆羊肉 雪菜炒絞肉 時令蔬菜 三絲羹湯			26	二	饅頭 紅茶		馬鈴薯燉雞 肉燥炒干丁 時令蔬菜 三絲羹湯		蔥爆羊肉 韭菜燴魷魚羹 時令蔬菜 湯圓薑湯		
11	一	高麗菜肉粥 辣玉筍		什錦豬肉燴飯 炸芝麻球 芹香魚丸湯		醬爆排丁 香滷海帶結 時令蔬菜 青菜蛋花湯			27	三	四蔬粥 辣玉筍		大滷麵(湯) 炸豬肉水餃		香蒜牛肉 筍絲炒肉絲 時令蔬菜 貢丸蛋花湯		
12	二	饅頭 紅茶		蒜味牛肉 玉米絞肉 時令蔬菜 蘿蔔排丁湯		薑母鴨 螞蟻上樹 時令蔬菜 芋圓薑湯			28	四	貢丸麵線		什錦燒雞 糖醋豆包 時令蔬菜 筍片肉絲湯		沙茶鯊魚丁 香滷海帶結 時令蔬菜 地瓜圓薑湯		
13	三	地瓜粥 蔭瓜		蔥燒牛肉麵(湯) 炸丸子		蒜味羊肉 四蔬絞肉 時令蔬菜 鮮筍肉絲湯			29	五	銀絲卷 奶茶		黑胡椒牛肉燴飯 炸麥克雞塊 海帶芽湯		紅燒獅子頭 芹香豆干片 時令蔬菜 玉米濃湯		
14	四	貢丸麵線		馬鈴薯燉雞 糖醋豆包 時令蔬菜 筍片肉絲湯		沙茶鯊魚丁 榨菜炒肉絲 時令蔬菜 地瓜圓薑湯			30	六	芋頭肉粥 辣菜脯		薑味麻油雞 肉燥炒干丁 時令蔬菜 小魚味噌湯		蒜味培根 沙茶魚丸 時令蔬菜 蜜花生甜湯		
15	五	銀絲卷 奶茶		黑胡椒牛肉燴飯 炸麥克雞塊 海帶芽湯		紅燒獅子頭 香滷海帶結 時令蔬菜 玉米濃湯			31	日	地瓜粥 辣玉筍		沙茶羊肉燴飯 時蔬冬粉 三絲羹湯		醬爆雞丁 鮮筍炒肉絲 時令蔬菜 麻油雞湯		
16	六	四蔬粥 辣菜脯		薑味麻油雞 肉燥炒干丁 時令蔬菜 小魚味噌湯		香蒜臘肉 韭菜燴肉羹 時令蔬菜 蜜花生甜湯											

營養師 臘肉與火腿都是屬於加工肉品,建議適量供應為宜

營養師 徐曉如 003955

附註  
事項