

法 務 部 矯 正 署 臺 北 看 守 所 收 容 人					114年 2月份						
日期	星期	早餐	午餐	晚餐	備註	日期	星期	早餐	午餐	晚餐	備註
2月1日	星期六	時蔬粥	炸無骨雞排	蔥爆豬肉		2月17日	星期一	清粥	醬爆豬肉	高級水餃	
		辣豆腐乳	黑胡椒牛肉	糖醋雞丁				水煮蛋	炸雞翅	芹香肉羹	
			時令蔬菜	時令蔬菜					海帶芽蛋花湯	時令蔬菜	
			蘿蔔丸子湯	蜜八寶豆甜湯						羅宋湯	
2月2日	星期日	地瓜粥	黑胡椒雞肉	什錦燒雞		2月18日	星期二	地瓜粥	咖哩豬肉燴飯	蔥爆雞丁	
		豆漿	糖醋魚丸	酸菜炒肉絲				花瓜條	炸肉質魚	時令蔬菜	
			滷腿排塊	時令蔬菜					時令蔬菜	黑糖紅茶	
			養氣人蔘雞湯	紫菜蛋花湯					筍片排骨湯		
2月3日	星期一	清粥	醬爆豬肉	三杯雞	壽星便當	2月19日	星期三	饅頭	沙茶牛肉炒麵	蜜汁滷肉	
		辣豆腐乳	炸雞翅	芹香肉羹				豆漿	炸雞塊	醬爆培根	
			海帶芽蛋花湯	時令蔬菜					藥膳排骨湯	時令蔬菜	
				羅宋湯						芹香貢丸湯	
2月4日	星期二	玉米粥	咖哩豬肉燴飯	京醬排骨		2月20日	星期四	清粥	滷腿排塊	桶筍燒雞	
		豆漿	炸秋刀魚	時令蔬菜				碎菜脯炒豆豉	時令蔬菜	糖醋貢丸	
			時令蔬菜	黑糖紅茶					三絲羹湯	時令蔬菜	
			小魚味噌湯							綠豆甜湯	
2月5日	星期三	清粥	滷腿排塊	蜜汁滷肉		2月21日	星期五	銀絲卷	蔥爆豬肉	京醬獅子頭	
		花生麵筋	糖醋貢丸	酸菜炒肉絲				奶茶	炸竹筴魚	彩椒豆包	
			藥膳排骨湯	時令蔬菜					當歸鴨湯	時令蔬菜	
				芹香貢丸湯						苦瓜雞湯	
2月6日	星期四	地瓜粥	咖哩牛肉燴飯	什錦燒雞		2月22日	星期六	時蔬粥	炸香腸	麻油雞	
		紅燒鰻魚	炸雞塊	蒸蛋				豆干炒豆豉	糖醋雞丁	關東煮	
			三絲羹湯	時令蔬菜					時令蔬菜	湯圓甜湯	
				綠豆甜湯					玉米濃湯		
2月7日	星期五	清粥	蔥爆豬肉	紅燒獅子頭		2月23日	星期日	地瓜粥	什錦豬肉	京醬排骨	
		花生麵筋	起司豬排	螞蟥上樹				豆漿	糖醋貢丸	芹香豆干片	
			當歸鴨湯	時令蔬菜					筍片排骨湯	時令蔬菜	
				苦瓜雞湯						海帶芽蛋花湯	
2月8日	星期六	時蔬粥	炸香腸	麻油雞		2月24日	星期一	清粥	醬爆豬肉	宮保雞丁	
		紅燒鰻魚	糖醋雞丁	關東煮				茶葉蛋	炸雞翅	香菇瓜子肉	
			時令蔬菜	地瓜圓甜湯					海帶芽蛋花湯	時令蔬菜	
			玉米濃湯							羅宋湯	
2月9日	星期日	地瓜粥	什錦豬肉	桶筍燒雞		2月25日	星期二	地瓜粥	咖哩豬肉燴飯	什錦燒雞	
		辣豆腐乳	紅燒魚丸	鮮筍炒三絲				薑片	炸竹筴魚	時令蔬菜	
			筍片排骨湯	時令蔬菜					時令蔬菜	白木耳蓮子湯	
				海帶芽蛋花湯					小魚味噌湯		
2月10日	星期一	清粥	宮保雞丁	蒜味豬肉		2月26日	星期三	饅頭	沙茶豬肉炒麵	蜜汁滷肉	
		豆漿	炸雞翅	螞蟥上樹				紅茶	炸雞塊	酸菜炒肉絲	
			海帶芽蛋花湯	時令蔬菜					藥膳排骨湯	時令蔬菜	
				蘿蔔丸子湯						芹香貢丸湯	
2月11日	星期二	地瓜粥	咖哩雞肉燴飯	京醬雞丁		2月27日	星期四	清粥	滷雞腿	京醬排骨	
		茄汁鯖魚	炸熱狗	時令蔬菜				碎菜脯炒豆豉	時令蔬菜	香滷海帶結	
			時令蔬菜	白木耳蓮子湯					豆腐味噌湯	時令蔬菜	
			三絲羹湯							綠豆甜湯	
2月12日	星期三	饅頭	沙茶豬肉炒麵	紅燒獅子頭		2月28日	星期五	包子	蔥爆豬肉	紅燒獅子頭	
		紅茶	炸雞塊	麻婆豆腐				奶茶	炸肉質魚	鮮筍炒肉絲	
			藥膳排骨湯	時令蔬菜					當歸鴨湯	時令蔬菜	
				羅宋湯						苦瓜雞湯	
2月13日	星期四	清粥	滷雞腿	香滷豬腳							
		碎菜脯炒豆豉	時令蔬菜	桶筍排骨							
			小魚味噌湯	時令蔬菜							
				綠豆甜湯							
2月14日	星期五	銀絲捲	蔥爆豬肉	薑母鴨							
		奶茶	炸竹筴魚	竹筍炒肉絲							
			當歸鴨湯	時令蔬菜							
				大黃瓜雞湯							
2月15日	星期六	四蔬粥	炸熱狗	麻油雞							
		豆干炒豆豉	什錦炒米粉	關東煮							
			時令蔬菜	地瓜圓甜湯							
			海帶芽蛋花湯								
2月16日	星期日	地瓜粥	蔥爆豬肉	京醬排骨							
		豆漿	香滷海帶結	蒸蛋							
			小魚味噌湯	時令蔬菜							
				玉米濃湯							
營養師 審查	雞蛋和豬、雞、魚肉等都屬於優質蛋白質的一種，因此若能善用蛋料理入菜，也是增加蛋白質的好選擇！雞蛋中的大部分維生素都存在於蛋黃中，尤其是維生素B12，不僅可協助製造紅血球、保持神經系統健康、增進食慾及幫助蛋白質的新陳代謝，還可以預防心臟病及貧血。而維生素B12幾乎只存在動物性食物，因此若是素食主義者，吃雞蛋是獲得維生素12的好方法。 營養師 鄭美婷										
附註事項											
一、本月份由 教區 號擔炊場監廚。 二、本菜單請公佈於各場舍之入口處，便利收容人參閱。 三、菜單內容如因天災、退貨或不可抗拒之因素時更改菜單替換。											
本所豬肉原料：採購cas類產品，豬肉原料原產地：台灣 請同學安心食用 2025/2/13											