

## 法務部矯正署苗栗看守所 暨 少年觀護所 主副食菜單

星期	一	二	三	四	五	六	日
日期	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	3月1日
<b>早餐</b>	芋頭瘦肉粥	清粥 牛蒡絲 原味麵筋	廣東瘦肉粥	鹹包子 豆漿	饅頭 花生醬 紅茶	銀絲卷 巧克力醬 豆漿	清粥 蔘瓜 豆漿
	香嫩雞塊(監外) 香嫩雞塊(少年)	小熱狗(監外) 小熱狗(少年)	炒蛋(監外) 炒蛋(少年)	炒火腿蛋(監外) 炒火腿蛋(少年)	小熱狗(監外) 小熱狗(少年)	炒蛋(監外) 炒蛋(少年)	鹽酥雞(監外) 鹽酥雞(少年)
<b>中餐</b>	鹽酥雞燴飯 (簡餐) 炸雞排 香筍雞湯	打拋豬 扁脯肉羹 季節時蔬 青菜蛋花湯	火腿肉絲炒飯 (簡餐) 香嫩雞塊 香菇雞湯	排骨酥湯麵 (簡餐) 炸雞腿	麻油雞 香辣黑豆干 季節時蔬 芋頭排骨湯	蒜泥白肉 雪裡紅炒肉片 季節時蔬 榨菜肉絲湯	三杯雞 紅燒獅子頭 季節時蔬 紫菜蛋花湯
	蒸蛋(少年)	水煮蛋(少年)	大熱狗(少年)	蒸蛋(少年)	鹽酥雞(少年)	大熱狗(少年)	蒸蛋(少年)
<b>晚餐</b>	三杯雞 培根洋芋 季節時蔬 綠豆甜湯→紅豆粉圓湯	糖醋獅子頭 海帶麵筋 季節時蔬 瓜仔雞湯	虱目魚丸 白菜滷 季節時蔬 紅豆甜湯	宮保雞丁 麻婆豆腐 季節時蔬 蘿蔔鴨湯	冬瓜燒肉 菜脯蛋 季節時蔬 地瓜圓甜湯	薑母鴨 青椒炒肉絲 季節時蔬 酸菜肉片湯	紅玉花瓜雞 白菜滷 季節時蔬 芋頭甜湯
	荷包蛋(少年)	虱目魚丸(少年)	炸香腸(少年)	香嫩雞塊(少年)	荷包蛋(少年)	水煮蛋(少年)	荷包蛋(少年)
<b>備註</b>	綠豆甜湯適合於夏季供應，建議冬季可採用其他溫熱性甜品替代，以符合季節性調整，例如紅豆湯、薑汁地瓜湯等。						
營養師 徐曉如 2019/5							
◎ 本表為預訂菜單，倘若蔬菜來源受到天候影響或各類廠商供貨有異動時，得由炊場依實際情形異動調整。							

