

法務部矯正署新竹看守所 暨 少年觀護所 被告 受刑人 收容少年 每日副食菜單

星期	一	二	三	四	五	六	日
日期	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日
早餐	玉米粒蛋花粥 少年:肉鬆	茄汁鯖魚湯麵 少年:水煮蛋	銀絲卷/饅頭 豆漿 果醬 少年:蔥蛋	清粥 薑片 麵筋 少年:三色菜炒蛋	肉包/甜包子 豆漿 果醬 少年:水煮蛋	芋頭肉絲粥 少年:炒蛋	火腿丁蛋粥 少年:九層塔炒蛋
午餐	簡食 肉絲炒麵 蘿蔔排骨湯 少年:滷帶骨肉排	紅燒肉角 蜜汁南瓜 炒鮮蔬 冰品:枸杞木耳湯 少年:甘藍炒肉片	簡食 肉醬炒米粉 黑輪 胡瓜魚丸湯 少年:香酥雞塊	酥炸白口魚 小黃瓜炒肉片 炒鮮蔬 冰品:仙草 少年:沙茶炒肉片	簡食 雞排燴飯 金針排骨湯 少年:滷雞翅	排骨酥 蔥爆麵腸 炒鮮蔬 冰品:檸檬愛玉 少年:炸黑輪	醬燒雞丁 火腿丁蒸蛋 炒鮮蔬 紫菜味噌湯 少年:小熱狗
晚餐	三杯雞丁 開陽白菜 炒鮮蔬 冬瓜魚丸湯 少年:麵包配調味乳	蒜泥白肉 雪裡紅 炒鮮蔬 苦瓜排骨湯	梅干肉角 紹仔豆腐 炒鮮蔬 味噌豆腐湯	沙茶炒肉片 豆干辣炒菜脯 炒鮮蔬 冬瓜排骨湯	紅燒鴨 炸甜不辣 炒鮮蔬 冰飲	蔥油雞翅 洋蔥炒培根 炒鮮蔬 苦瓜排骨湯	香菇肉燥 蒜味冬瓜 炒鮮蔬 冰飲

◎ 本表各項菜類價格、來源如受影響，得依實際情形異動調整，本所伙食採用豬肉原產地:台灣。

營養師建議：7/27的早餐仍是蛋白質偏少. 蛋白質可穩定血糖同時延長飽腹感. 建議紅豆絲改為鰻魚罐頭亦可。

營養師 鄭美嬋

承辦人：7/27日早餐清粥配醬菜
已調整為火腿丁蛋粥, 增加蛋白質。

庶務

科長

秘書

所長