

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	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
早餐	火腿蛋鹹粥 少年:肉鬆	茄汁鯖魚湯麵 少年:水煮蛋	饅頭/銀絲卷 豆漿 果醬 少年:醬油炒蛋	清粥 豆漿 辣什錦 少年:蔥蛋	鮮肉包/甜包子 豆漿 果醬 少年:茶葉蛋	芋頭肉絲粥 少年:水煮蛋	清粥 香筍 豆腐乳 少年:炒蛋
午餐	簡食 滷肉飯 蘿蔔排骨湯 少年:香酥春捲	醬燒雞丁 小黃瓜炒肉片 炒鮮蔬 冰品:綠豆QQ湯 少年:香嫩雞塊	簡食 雞翅燴飯 黑輪 胡瓜魚丸湯 少年:青椒炒肉絲	酥炸白口魚 炒大黑豆干 炒鮮蔬 冰品:仙草 少年:鹽酥雞	簡食 肉絲炒麵 冬瓜漁丸湯 少年:排骨酥	蔥油雞排 酥炸鹽酥雞丁 炒鮮蔬 冰品:愛玉 少年:炒豆包	香腸 胡瓜魚丸 炒鮮蔬 玉米排骨湯 少年:洋蔥炒肉片
晚餐	筍茸肉角 蒜味豆包 炒鮮蔬 冬瓜魚丸湯 少年:麵包配調味乳	沙茶炒肉片 絲瓜炒蛋 炒鮮蔬 苦瓜排骨湯	蔥爆雞丁 麻婆豆腐 炒鮮蔬 青菜蛋花湯	酸菜鴨 火腿丁蒸蛋 炒鮮蔬 紫菜蛋花湯	炸排骨酥 洋蔥炒培根 炒鮮蔬 冷飲	香菇肉燥 白菜滷 炒鮮蔬 蘿蔔魚丸湯	梅干肉片 螞蟻上樹 炒鮮蔬 冷飲

◎ 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：雞翅燴飯建議要有2-3種以上不同顏色的蔬菜。如洋蔥、紅蘿蔔、青椒、及菇類。湯汁不要過鹹，避免鈉過量。

營養師 鄧美蟬

承辦人

庶務

科長

秘書

所長