

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	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日
早餐	火腿蛋鹹粥 少年:蔥蛋	牛肉湯麵 少年:水煮蛋	饅頭/銀絲卷 豆漿 果醬 少年:蔥炒蛋	清粥 紅豆絲 青菜心 少年:醬油炒蛋	鮮肉包/甜包子 豆漿 果醬 少年:茶葉蛋	皮蛋肉絲粥 少年:水煮蛋	清粥 辣蘿蔔 麵筋 少年:炒蛋
午餐	簡食 豬柳燴飯 香嫩雞塊 金針菇菇排骨湯 少年:小熱狗	滷五花肉塊 洋蔥炒肉絲 炒鮮蔬 甜湯:紅豆粉圓湯 少年:香酥春捲 水果	簡食 肉醬炒米粉 滷雞腿 甜不辣 青菜菇菇蛋花湯	酥炸吳郭魚 豆鼓苦瓜 炒鮮蔬 甜湯:西米露QQ湯 少年:洋蔥炒培根 水果	簡食 肉絲炒麵 滷雞翅 鹽酥雞丁 玉米菇菇排骨湯	香酥豬肉排 洋蔥炒蛋 炒鮮蔬 甜湯:綠豆薏仁湯 少年:甘藍炒肉片	宮保雞丁 魚香茄子 炒鮮蔬 薑絲冬瓜排骨湯 少年:甘藍炒肉片
晚餐	紅燒雞丁 水蓮炒肉絲 炒鮮蔬 冬瓜菇菇排骨湯 少年:麵包配調味乳	蒜泥白肉 甘藍炒培根 炒鮮蔬 苦瓜排骨湯	紅燒鴨 麻婆豆腐 炒鮮蔬 味噌紫菜湯 少年:麵包配調味乳	滷帶骨里肌排 苦瓜炒鹹蛋 炒鮮蔬 香菇雞湯	醬燒排骨 蒜味冬瓜 炒鮮蔬 紫菜蛋花湯	醬燒鴨 蕃茄炒蛋 炒鮮蔬 胡瓜魚丸湯	麵輪肉角 白菜滷 炒鮮蔬 蘿蔔菇菇排骨湯

◎ 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：蔬菜的種類多元化，例如水蓮菜、苦瓜、冬瓜，亦可用含澱粉的蔬菜類馬鈴薯、南瓜等。

營養師 鄭美蟬

承辦人

庶務

科長

秘書

所長