

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	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日
早餐	玉米粒蛋花粥 少年:水煮蛋	炸菜肉絲湯麵 少年:炒蛋	銀絲卷 豆漿 果醬 少年:水煮蛋	肉包 紅茶 少年:蔥花蛋	饅頭 豆漿 果醬 少年:水煮蛋	芋頭肉絲粥 少年:炒蛋	甜包子 綠茶 少年:水煮蛋
午餐	簡食 豬柳燴飯 蘿蔔排骨湯 少年:香嫩雞塊	蔥爆肉片 洋蔥炒培根 炒鮮蔬 甜湯:枸杞木耳湯 少年:鹽酥雞	簡食 肉醬炒米粉 調味魚排 蘿蔔排骨湯 少年:小熱狗	酥炸吳郭魚 甘藍炒肉絲 炒鮮蔬 甜湯:紅豆粉圓湯 少年:沙茶炒肉片	簡食 肉絲青菜炒麵 大熱狗 冬瓜魚丸湯 少年:滷雞翅	紅燒鴨 客家小炒 炒鮮蔬 甜湯:薏仁西米露湯 少年:洋蔥炒肉片	香辣蒜味肉絲炒麵 香酥柳葉魚 胡瓜排骨湯 少年:滷雞腿
晚餐	紅燒雞丁 甘藍炒肉絲 炒鮮蔬 玉米排骨湯 少年:麵包配調味乳	瓜仔雞丁 蜜汁南瓜 炒鮮蔬 胡瓜魚丸湯	酸菜鴨 滷油豆腐 炒鮮蔬 冬瓜排骨木耳湯	蒜泥白肉 蔥爆麵腸 炒鮮蔬 香菇雞湯	瓜仔肉燥 蒜味豆包 炒鮮蔬 蘿蔔菇菇排骨湯	紅燒肉角 馬鈴薯咖哩 炒鮮蔬 紫菜蛋花湯	豆鼓排骨 菜脯炒蛋 炒鮮蔬 青菜蛋花湯

◎ 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：肉絲炒麵可加入青江菜..等蔬菜，提高膳食纖維；也可改良為香辣蒜味肉絲炒麵，香氣濃郁又開胃。

營養師 鄭美蟬

承辦人

庶務

科長

秘書

所長