

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22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日
早餐	火腿蛋鹹粥 少年:水煮蛋	鯖魚湯麵 少年:水煮蛋	銀絲捲 豆漿 果醬 少年:蔥蛋	肉包 紅茶 少年:炒蛋	饅頭 豆漿 果醬 少年:水煮蛋	皮蛋肉絲粥 少年:水煮蛋	甜包子 綠茶 少年:水煮蛋
午餐	簡食 雞腿燴飯 青菜蛋花湯 少年:小熱狗	紅燒鴨 洋蔥炒培根 炒鮮蔬 甜湯:綠豆QQ湯 少年:香酥雞腿	簡食 肉絲青菜炒麵 香酥春捲 冬瓜魚丸湯 少年:香嫩雞捲	酥炸肉魚 炒大黑豆干 炒鮮蔬 甜湯:冬瓜粉圓湯 少年:甘藍炒肉絲	簡食 肉醬炒米粉 香酥雞捲 蘿蔔排骨湯 少年:鹽酥雞	醬燒雞丁 小黃瓜炒肉片 炒鮮蔬 甜湯:紅豆湯 少年:青椒炒肉片	香辣蒜味肉絲炒麵 鹽酥雞丁 苦瓜排骨湯 少年:洋蔥炒肉絲
晚餐	蒜泥白菜 胡瓜魚丸 炒鮮蔬 蘿蔔排骨湯 少年:麵包配調味乳	蔥爆雞丁 開陽扁蒲 炒鮮蔬 玉米排骨湯	瓜仔肉燥 滷油豆腐 炒鮮蔬 蕃茄蛋花湯	滷里肌肉排 酸菜麵腸 炒鮮蔬 人蔘雞湯	三杯雞丁 榨菜炒肉絲 炒鮮蔬 苦瓜排骨湯	梅干肉片 滷蘿蔔麵輪 炒鮮蔬 紫菜味噌湯	豆鼓排骨 白菜滷 炒鮮蔬 紫菜蛋花湯

◎ 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：鯖魚湯麵富含優質蛋白質與Omega-3脂肪酸，搭配蔬菜與湯汁，營養均衡、暖胃又健腦。

營養師 鄭美輝

承辦人

庶務

科長

秘書

所長