

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	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日
早餐	芋頭肉絲鹹粥 少年: 炒蛋	甘藍肉絲米粉麵 少年: 水煮蛋	銀絲卷 豆漿 果醬 少年: 炒蛋	清粥 青菜心 辣什錦 少年: 蔥蛋	肉包 紅茶 少年: 水煮蛋	蛋花肉絲鹹粥 少年: 炒蛋	清粥 香菇麵筋 紅豆絲 少年: 蔥花蛋
中餐	簡食 黑胡椒豬柳燴飯 蘿蔔魚丸湯 少年: 肉絲炒豆干	蔥爆肉片 醬味冬瓜 炒鮮蔬 枸杞木耳甜湯 少年: 滷油豆腐	簡食 肉絲炒麵 冬瓜排骨湯 少年: 花椒菜	香酥肉魚 榨菜肉絲 炒鮮蔬 薏仁芋圓甜湯 少年: 甜椒炒肉絲	簡食 咖哩雞燴飯 青菜蛋花湯 少年: 開陽白菜	香酥雞翅 客家小炒 炒鮮蔬 紅豆甜湯 少年: 香腸	瓜仔雞丁 絲瓜 炒鮮蔬 山藥排骨湯 少年: 炒豆包
晚餐	蔥油雞排 培根甘藍 大頭菜排骨湯 炒鮮蔬 少年: 麵包搭配調味乳品	瓜仔雞丁 蒸蛋 蘿蔔排骨湯 炒鮮蔬	豆鼓排骨 胡瓜魚丸 酸菜肉片湯 炒鮮蔬	梅干肉片 蔥爆麵腸 蘿蔔排骨湯 炒鮮蔬	紅燒鴨 蒜味豆包 胡瓜魚丸湯 炒鮮蔬	香酥排骨酥 胡瓜肉片 金針排骨湯 炒鮮蔬	酸菜鴨 菜脯炒蛋 玉米排骨湯 炒鮮蔬

◎ 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：麵腸的蛋白質利用率稍差但仍屬於蛋白質類。烹調時蔥爆可以。但仍要控制用油量為佳。

營養師：徐曉如

經辦人：經營養師建議6/20晚餐
蔥爆麵腸請炊場烹煮時
控制用油使用量。

庶務

科長

秘書

所長