

# 法務部矯正署臺東監獄

# 收容人 114 年 10 月份第 1 週菜單

| 日 期        | 早 餐                       | 午 餐                                        | 晚 餐                                        |
|------------|---------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 9<br>29    | 時蔬菜粥                      | 1. 綜合海鮮燴<br>2. 香煎白帶魚<br>3. 清涼仙草湯           | 1. 蔥爆肉絲<br>2. 紅絲高麗菜<br>3. 味噌柴魚湯            |
| 9<br>30    | 1. 白饅頭<br>2. 洋葱蛋<br>3. 紅茶 | 1. 筍絲炒肉絲<br>2. 花片白菜<br>3. 冬瓜檸檬茶<br>4. 季節水果 | 1. 香菇雞<br>2. 香炒花椰菜<br>3. 台味貢丸湯             |
| 10<br>1    | 1. 白粥<br>2. 鹹蛋<br>3. 辣蘿蔔  | 1. 蝦仁燴飯<br>2. 香香雞排<br>3. 愛玉甜湯              | 1. 辣炒豬肉<br>2. 福氣青江菜<br>3. 蛋黃芋丸<br>4. 酸菜鴨肉湯 |
| 10<br>2    | 1. 皮蛋肉末粥                  | 1. 蕃茄炒蛋<br>2. 酥炸喜相逢<br>3. 粉條甜湯             | 1. 紅燒軟骨丁<br>2. 豆香高麗菜<br>3. 味噌豆腐湯           |
| 10<br>3    | 1. 枸杞饅頭<br>2. 豆漿          | 1. 蔭瓜肉燥<br>2. 蒜香高麗菜<br>3. 清涼仙草湯            | 1. 蘑菇肉片<br>2. 清炒絲瓜<br>3. 台式魚丸湯             |
| 10<br>4(六) | 1. 地瓜粥<br>2. 豆漿           | 1. 家常炒麵<br>2. 美味薯餅<br>3. 愛玉甜湯              | 1. 關東煮<br>2. 豆鼓苦瓜<br>3. 蕃茄蛋花湯              |
| 10<br>5(日) | 1. 白粥<br>2. 肉鬆<br>3. 甜酥花生 | 1. 大瓜肉燴<br>2. 台式香腸<br>3. 紅豆甜湯              | 1. 筍干滷肉<br>2. 魚香茄子<br>3. 紫菜蛋花湯             |

本監菜單均依營養師建議後調配  
菜單因應季節氣候及廠商供應食材品質微調

