

法務部矯正署高雄女子監獄 110年7月份 收容人伙食菜單(葷食)

本炊場使用之肉品及加工肉品均採用國產豬肉

| 日期          | 早餐               | 午餐                | 晚餐               |
|-------------|------------------|-------------------|------------------|
| 7/1<br>(四)  | 黑糖饅頭<br>冬瓜茶      | 炸黃魚<br>炒時蔬        | 南瓜炒豆皮<br>綠豆湯     |
| 7/2<br>(五)  | 抹茶紅豆吐司<br>紅茶     | 肉圓<br>魚丸湯         | 麵輪滷肉<br>炒時蔬      |
| 7/3<br>(六)  | 蘿蔔糕<br>現磨豆漿      | 鹹酥雞丁<br>炒時蔬       | 青江炒金針菇<br>冬瓜排骨湯  |
| 7/4<br>(日)  | 沙茶素鹹粥            | 海帶滷麵輪<br>愛玉冰      | 奶油燉雞丁<br>炒時蔬     |
| 7/5<br>(一)  | 菜包<br>紅茶         | 豬腳飯<br>阿華田        | 洋蔥鮪魚乾拌麵<br>玉米排骨湯 |
| 7/6<br>(二)  | 手工饅頭 薰衣草茶<br>起司片 | 花椒雞腿<br>炒時蔬       | 薑汁肉丁<br>炒時蔬      |
| 7/7<br>(三)  | 草莓吐司<br>麥茶       | 茶葉蛋<br>消脂茶        | 和風燒肉<br>炒時蔬      |
| 7/8<br>(四)  | 清粥 水煮蛋<br>豆漿     | 哨子麵<br>田園清肉湯      | 大胡瓜玉米粒<br>檸檬紅茶   |
| 7/9<br>(五)  | 筍干鮮肉包<br>菊花茶     | 左宗棠雞<br>炒時蔬       | 菜頭汶排骨<br>炒時蔬     |
| 7/10<br>(六) | 綠豆吐司<br>現磨豆漿     | 東山天婦羅<br>檸檬香茅茶    | 金針炒青江<br>貢丸湯     |
| 7/11<br>(日) | 沙茶素鹹粥            | 炸鱸魚<br>炒時蔬        | 三杯雞<br>炒時蔬       |
| 7/12<br>(一) | 高麗菜鮮肉包<br>紅茶     | 甜辣米血<br>鳳梨苦瓜雞湯    | 五香豆干丁<br>明目養肝茶   |
| 7/13<br>(二) | 手工饅頭 桂花茶<br>乳瑪琳  | 栗子排骨粥             | 蔭瓜仔肉<br>炒時蔬      |
| 7/14<br>(三) | 雪山花生麵包<br>紅茶     | 豆乳雞翅<br>炒時蔬       | 滷豆皮<br>玉米排骨湯     |
| 7/15<br>(四) | 蔥捲<br>麥茶         | 高麗炒豆皮<br>杏仁冰      | 咖哩雞乾拌麵<br>味噌蛋花湯  |
| 7/16<br>(五) | 蔓越莓乳酪丁吐司<br>牛蒡茶  | 香腸炒飯<br>冬瓜珍珠      | 大滷羹湯飯            |
| 7/17<br>(六) | 高麗菜鮮肉包<br>紅茶     | 筍絲炒里肌<br>炒時蔬      | 高麗菜封<br>安迪養肝茶    |
| 7/18<br>(日) | 手工饅頭 桂花茶<br>乳瑪琳  | 香菇雞粥              | 三杯鴨<br>炒時蔬       |
| 7/19<br>(一) | 雪山花生麵包<br>紅茶     | 剝皮辣椒雞丁<br>炒時蔬     | 蒜泥白肉<br>炒時蔬      |
| 7/20<br>(二) | 蔥捲<br>麥茶         | 蒸鍋貼<br>綠豆湯        | 京醬腩排<br>炒時蔬      |
| 7/21<br>(三) | 炸吳郭魚<br>炒時蔬      | 日式蒸蛋<br>珍珠冰       | 黑胡椒大肉片<br>炒時蔬    |
| 7/22<br>(四) | 蔓越莓乳酪丁吐司<br>牛蒡茶  | 奶油燻雞義大利麵<br>田園蔬菜湯 | 彩椒炒黑輪<br>冬瓜排骨湯   |
| 7/23<br>(五) |                  |                   | 韓式炒雞<br>炒時蔬      |
| 7/24<br>(六) |                  |                   | 大胡瓜炒貢丸<br>冬瓜鳳梨冰  |

|             |                |               |               |               |
|-------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| 7/17<br>(六) | 奶皇包<br>現磨豆漿    | 炸豬排<br>炒時蔬    | 芙蓉燴魚塊<br>紅豆湯  | 竹筍湯飯          |
| 7/18<br>(日) | 沙茶素鹹粥          | 麻醬拌麵<br>玉米排骨湯 | 拌三絲           | 蔥油雞腿飯<br>愛玉冰  |
| 7/19<br>(一) | 鹹粥             | 滷雞排<br>炒時蔬    | 沙茶青蒜豆腐<br>愛玉冰 | 赤肉羹湯飯         |
| 7/20<br>(二) | 手工饅頭<br>草莓醬    | 紅茶            | 日式和風沾麵<br>貢丸湯 | 炒時蔬           |
| 7/21<br>(三) | 綠豆吐司<br>薰衣草茶   | 古味金錢肉<br>炒時蔬  | 皮蛋豆腐<br>豬血湯   | 杏包菇滷肉丁<br>炒時蔬 |
| 7/22<br>(四) | 黑糖饅頭<br>冬瓜茶    | 水餃<br>酸辣湯     |               | 鴨肉麵           |
| 7/23<br>(五) | 麻花饅頭<br>麥茶     | 沙茶炒板條<br>玉米濃湯 |               | 京醬排骨<br>炒時蔬   |
| 7/24<br>(六) | 藍莓吐司<br>現磨豆漿   | 炸雞腿<br>炒時蔬    | 炒米粉<br>綠豆湯    | 蕃茄豆皮<br>明目養肝茶 |
| 7/25<br>(日) | 沙茶素鹹粥          | 鍋燒炒冬粉<br>仙草冰  |               | 咖哩燉雞<br>炒時蔬   |
| 7/26<br>(一) | 筍丁鮮肉包<br>紅茶    | 蠔油雞翅<br>炒時蔬   | 東山米血<br>百香椰果  | 西芹炒蝦球<br>杏仁冰  |
| 7/27<br>(二) | 手工饅頭<br>酸菜花生粉  | 麥茶            | 排骨粥           | 泡菜鍋           |
| 7/28<br>(三) | 生雜糧麵包<br>紅茶    | 炸甜不辣<br>炒時蔬   | 高麗菜封<br>綠豆湯   | 冬瓜滷肉丁<br>炒時蔬  |
| 7/29<br>(四) | 黑糖饅頭<br>冬瓜茶    | 炸黃魚<br>炒時蔬    | 燴三鮮<br>大頭菜排骨湯 | 炒三菇<br>魚丸湯    |
| 7/30<br>(五) | 地瓜粥<br>花生麵筋    | 豆漿            | 蛋炒飯<br>白木耳紅棗湯 | 蔭瓜仔肉<br>炒時蔬   |
| 7/31<br>(六) | 法式三角麵包<br>現磨豆漿 | 炸香腸<br>炒時蔬    | 黑白滷<br>紅豆湯    | 麻婆豆腐<br>洛神花茶  |
|             |                |               |               | 紅燒排骨<br>炒時蔬   |
|             |                |               |               | 滷麵輪<br>蕃茄蛋花湯  |
|             |                |               |               | 鰻魚滷白菜<br>炒時蔬  |
|             |                |               |               | 茶葉蛋<br>檸檬紅茶   |
|             |                |               |               | 酸菜鴨<br>炒時蔬    |
|             |                |               |               | 蠔油杏包菇<br>餛飩湯  |
|             |                |               |               | 沙茶鍋燒湯飯        |

本月四工開立菜單

法務部矯正署高雄女子監獄 110年7月份 收容人伙食菜單(素食)

| 日期          | 早餐              | 午餐                | 晚餐                |
|-------------|-----------------|-------------------|-------------------|
| 7/1<br>(四)  | 黑糖饅頭<br>冬瓜茶     | 炸娘惹山藥捲<br>炒時蔬     | 南瓜炒豆皮<br>綠豆湯      |
| 7/2<br>(五)  | 抹茶紅豆吐司<br>紅茶    | 素肉圓<br>素花枝丸湯      | 麵輪滷素肉塊<br>炒時蔬     |
| 7/3<br>(六)  | 素蘿蔔糕<br>現磨豆漿    | 海帶滷麵輪<br>愛玉冰      | 青江炒金針菇<br>冬瓜素香菇丸湯 |
| 7/4<br>(日)  | 沙茶素鹹粥           | 香菇素肉燥飯<br>阿華田     | 五香豆干丁<br>洛神花茶     |
| 7/5<br>(一)  | 菜包<br>紅茶        | 花椒素黑輪<br>炒時蔬      | 茶葉蛋<br>消脂茶        |
| 7/6<br>(二)  | 手工饅頭 阿華田<br>起司片 | 素瓜仔肉乾拌麵<br>玉米素火腿湯 | 薑汁素肉塊<br>炒三菇      |
| 7/7<br>(三)  | 草莓吐司<br>麥茶      | 左宗素麵腸<br>炒時蔬      | 東山素蘿蔔糕<br>檸檬香茅茶   |
| 7/8<br>(四)  | 健康蔬菜包<br>菊花茶    | 菜頭汶素排骨<br>炒時蔬     | 金針炒青江<br>珍香丸湯     |
| 7/9<br>(五)  | 清粥 豆漿<br>玉米粒    | 炸玉米起士燒<br>炒時蔬     | 甜辣素米血<br>鳳梨苦瓜素火腿湯 |
| 7/10<br>(六) | 綠豆吐司<br>現磨豆漿    | 栗子素黑輪粥            | 三杯素猴頭菇<br>炒時蔬     |
| 7/11<br>(日) | 沙茶素鹹粥           | 炸黑胡椒雞塊<br>炒時蔬     | 高麗菜炒豆皮<br>杏仁冰     |
| 7/12<br>(一) | 健康蔬菜包<br>紅茶     | 塔香貢丸炒飯<br>冬瓜珍珠    | 咖哩素火腿乾拌麵<br>味噌豆腐湯 |
| 7/13<br>(二) | 手工饅頭 桂花茶<br>乳瑪琳 | 筍絲炒素雞肉<br>炒時蔬     | 高麗菜封<br>安迪養肝茶     |
| 7/14<br>(三) | 雪山花生麵包<br>紅茶    | 香菇猴頭菇雞粥           | 三杯素鴨<br>炒時蔬       |
| 7/15<br>(四) | 芋頭包<br>麥茶       | 剝皮辣椒素火腿<br>炒時蔬    | 清蒸海上鮮<br>綠豆湯      |
| 7/16<br>(五) | 蔓越莓乳酪丁吐司<br>牛蒡茶 | 蜜地瓜<br>炒時蔬        | 髮菜素魚翅羹<br>珍珠冰     |
|             |                 | 奶油蘑菇義大利麵<br>田園蔬菜湯 | 京醬素排<br>炒時蔬       |
|             |                 |                   | 黑胡椒素肉片<br>炒時蔬     |
|             |                 |                   | 彩椒炒素黑輪<br>冬瓜素排骨酥湯 |
|             |                 |                   | 韓式炒素雞肉<br>炒時蔬     |
|             |                 |                   | 大胡瓜炒香菇丸<br>冬瓜鳳梨冰  |

|             |                |                |                  |                |                          |
|-------------|----------------|----------------|------------------|----------------|--------------------------|
| 7/17<br>(六) | 奶皇包<br>現磨豆漿    | 炸素檸檬雞<br>炒時蔬   | 滷素蹄筋<br>紅豆湯      | 竹筍湯飯           |                          |
| 7/18<br>(日) | 沙茶素鹹粥          | 麻將拌麵<br>玉米素火腿湯 | 拌三絲              | 藥膳素麻油雞飯<br>愛玉冰 |                          |
| 7/19<br>(一) | 鹹粥             | 滷燒素肉排<br>炒時蔬   | 沙茶豆腐<br>愛玉冰      | 素排骨酥羹湯飯        |                          |
| 7/20<br>(二) | 手工饅頭<br>草莓醬    | 紅茶             | 日式和風沾麵<br>珍香丸湯   | 炒時蔬            | 杏包菇滷素肉塊<br>青椒炒黑輪片<br>青草茶 |
| 7/21<br>(三) | 綠豆吐司<br>薰衣草茶   | 古味素肉片<br>炒時蔬   | 鮮豆腐<br>十全猴頭菇湯    | 素鴨肉麵           |                          |
| 7/22<br>(四) | 黑糖饅頭<br>冬瓜茶    | 水餃<br>酸辣湯      | 京醬素排<br>炒時蔬      | 蕃茄豆皮<br>明目養肝茶  |                          |
| 7/23<br>(五) | 麻花饅頭<br>麥茶     | 沙茶炒板條<br>玉米濃湯  | 咖哩燉素雞肉<br>炒時蔬    | 西芹炒素花枝丸<br>杏仁冰 |                          |
| 7/24<br>(六) | 藍莓吐司<br>現磨豆漿   | 炸素熱狗<br>炒時蔬    | 炒米粉<br>綠豆湯       | 泡菜鍋            |                          |
| 7/25<br>(日) | 沙茶素鹹粥          | 鍋燒炒冬粉<br>仙草冰   | 西紅柿湯飯            |                |                          |
| 7/26<br>(一) | 健康蔬菜包<br>紅茶    | 蠔油素蹄筋<br>炒時蔬   | 東山素米血<br>百香椰果    | 冬瓜滷素肉塊<br>炒時蔬  | 炒三菇<br>五色丸湯              |
| 7/27<br>(二) | 手工饅頭<br>酸菜花生粉  | 麥茶             | 素黑輪粥             | 蔭瓜仔素肉粒<br>炒時蔬  | 麻婆豆腐<br>洛神花茶             |
| 7/28<br>(三) | 生雜糧麵包<br>紅茶    | 炸素蚵仔酥<br>炒時蔬   | 高麗菜封<br>綠豆湯      | 紅燒素排<br>炒時蔬    | 滷麵輪<br>蕃茄豆皮湯             |
| 7/29<br>(四) | 黑糖饅頭<br>冬瓜茶    | 炸娘惹山藥捲<br>炒時蔬  | 燴素三鮮<br>大頭菜素排骨酥湯 | 三杯炒素腰子<br>炒時蔬  | 茶葉蛋<br>檸檬紅茶              |
| 7/30<br>(五) | 地瓜粥<br>花生麵筋    | 豆漿             | 煙燻鵝炒飯<br>白木耳紅棗湯  | 酸菜素鴨<br>炒時蔬    | 蠔油杏包菇<br>素腰花湯            |
| 7/31<br>(六) | 法式三角麵包<br>現磨豆漿 | 炸牛蒡排<br>炒時蔬    | 黑白滷<br>紅豆湯       | 沙茶鍋燒湯飯         |                          |

本月四工開立菜單