中山醫學大學附設醫院 營養科廚房供應循環菜單一覽表

		D1-16	D2-17	D3-18	D4-19	D5-20	D6-21	D7-22	D8-23
早餐	主食	肉絲炒米粉	-	沙茶炒麵	水餃	-	芋頭炒米粉	日式炒烏龍	-
	粥品(一)	洋芋粥	翡翠吻魚粥	南瓜枸杞粥	芋頭素肉粥	鮪魚滑蛋粥	南瓜粥	大瓜粥	香菇芋頭粥
	粥品(二)	-	翡翠地瓜粥	-	-	地瓜粥	-	-	芋頭素肉粥
	青菜	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬
	副菜(一)	滷方干	滷干片	滷豆包絲	滷方干	滷豆腸	滷干丁	滷干片	滷方干
	副菜(二)	毛豆雞茸	毛豆肉燥	毛豆雞茸	毛豆肉燥	毛豆雞茸	毛豆肉燥	毛豆雞茸	毛豆肉燥
	月子小菜	醋溜海牙	蓮藕拌雲耳	醋溜海牙	素蠔秋葵	醋溜雲耳	枸杞白木耳	椒鹽四季豆	素蠔秋葵
	月子點心	黑糖小饅頭	芝麻包	黑/白珍珠丸	紅豆包	燒賣(翡翠/香菇)	黑糖小饅頭	芝麻包	黑/白珍珠丸
午餐	治療餐主食	小米飯	藜麥飯	麥片飯	小米飯	藜麥飯	麥片飯	小米飯	藜麥飯
	主菜	迷迭香蒸魚	蒜泥肉片	滷雞腿	義式鮭魚片	蒜味豬排	三杯雞	炸柳葉魚	糖醋里肌
	治療主菜(一)	迷迭香蒸魚	蒜泥肉片	滷雞腿	義式鮭魚片	蒜味豬排	三杯雞	薑味魚排	糖醋里肌
	月子主菜(一)	迷迭香蒸魚	蒜泥肉片	滷雞腿	義式鮭魚片	蒜味豬排	三杯雞	清蒸鱸魚	糖醋里肌
	月子主菜(二)	蘑菇肉絲	蜜汁雞腿	樹子蒸魚	和風腿排	薑絲蒸魚	蔥爆白蝦	和風腿排	義式烤鮭
	軟剁主菜	醬燒魚片	蒜香肉絲	照燒雞蓉	芝麻魚片	蒜末肉絲	三杯雞蓉	薑味魚排	芋香肉燥
	半葷	五味豆腐	香椿三彩干丁	紅仁黃芽	彩椒炒蛋	蒲瓜干片	沙茶豆干	腐竹紅K	玉米炒蛋
	副菜	素炒三杯時蔬	金菇榨菜	酸菜豆腸	白菜滷	紅蘿蔔金菇	椒香豆薯	長豆玉筍	香菇高麗菜
	青菜	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬
	小菜	開胃小菜							
	素菜	雙色木耳	炒櫛瓜	蒸南瓜	炒櫛瓜	金筍炒菇	紅椒豆苗	雙色木耳	黃瓜蓮藕
晚餐	治療餐主食	糙米飯	紫米飯	五穀飯	糙米飯	紫米飯	五穀飯	糙米飯	紫米飯
	主菜	油蔥雞腿	蒲燒鯛魚	馬鈴薯燉肉	燒烤雞翅	檸檬魚片	蔥爆豬柳	蜜汁雞腿	香烤鯖魚
	治療主菜(一)	油蔥雞腿	紅燒蒸魚	馬鈴薯燉肉	燒烤雞翅	檸檬魚片	蔥爆豬柳	蜜汁雞腿	香烤鯖魚
	月子主菜(一)	油蔥雞腿	蒲燒鯛魚	馬鈴薯燉肉	燒烤雞翅	XO炒雙鮮	花瓜肉餅	蜜汁雞腿	香烤鯖魚
	月子主菜(二)	西芹魷魚	醬燒豬腳	蔥爆白蝦	薑煸中捲	蜜汁雞腿	香烤鮭魚	乾燒中卷	油雞肉絲
	軟剁主菜	油蔥雞蓉	紅燒蒸魚	馬鈴薯絞肉	醬香雞蓉	檸檬魚片	花瓜肉餅	紅燒雞蓉	豆瓣魚片
	半葷	番茄炒蛋	塔香百頁	豆瓣豆腐煲	雙色海帶	蒜味豆干	番茄洋蔥炒蛋	枸杞南瓜	紅燒豆干結
	副菜	味噌香菇雙K	薑絲油菜	枸杞黃瓜	魚香茄片	鹹蛋絲瓜	清燉冬瓜	金菇絲瓜	紅仁豆芽
	青菜	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬
	小菜	開胃小菜							
	素菜	黃椒青花	炒木耳蒲瓜	炒青花菜	醬燒杏鮑菇	炒白莧菜	滷雙K	滷苦瓜片	炒敏豆

		D9-24	D10-25	D11-26	D12-27	D13-28	D14-29	D15-30
早餐	主食	水餃	芋頭米粉	-	水餃	肉絲炒麵	-	蟹絲炒烏龍
	粥品(一)	紫薯毛豆粥	玉米粥	雞蓉玉米粥	芹香芋頭粥	金瓜枸杞粥	蔬菜瘦肉粥	紅仁芋粥
	粥品(二)	-	-	地瓜粥	-	-	蔬菜素肉粥	-
	青菜	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬
	副菜(一)	滷豆腸	滷方干	滷干片	滷干丁	滷豆包絲	滷干片	滷豆腸
	副菜(二)	毛豆肉燥	毛豆雞茸	毛豆肉燥	毛豆雞茸	毛豆肉燥	毛豆雞茸	毛豆肉燥
	月子小菜	涼拌雲耳	素蠔秋葵	醋溜海牙	椒鹽四季豆	素蠔秋葵	枸杞白木耳	醋溜雲耳
	月子點心	紅豆包	燒賣(翡翠/香菇)	黑糖小饅頭	芝麻包	黑/白珍珠丸	紅豆包	燒賣(翡翠/香菇)
午餐	治療餐主食	麥片飯	小米飯	藜麥飯	麥片飯	小米飯	藜麥飯	麥片飯
	主菜	醬燒雞	香烤鯖魚	蔥燒排骨	蜜汁雞腿	蒲燒鯛魚	泡菜燒肉	瓜仔雞
	治療主菜(一)	醬燒雞	香烤鯖魚	蔥燒肉絲	紅燒雞蓉	蔥燒魚片	香蔥肉片	紅燒雞
	月子主菜(一)	醬燒雞	香烤鯖魚	蔥燒排骨	蜜汁雞腿	蒲燒鯛魚	香蔥肉片	瓜仔雞
	月子主菜(二)	紅燒獅子頭	銀杏燒雞	蒜香白蝦	XO炒雙鮮	紅燒獅子頭	菲力腿排	鹽烤鮭魚
	軟剁主菜	花瓜肉餅	蔥燒魚排	蔥燒肉絲	紅燒雞蓉	蔥燒魚片	蒜香肉末	紅燒雞蓉
	半葷	冬瓜炒肉	清燒包白	雜菜冬粉	玉米炒蛋	豆瓣豆腐	絲瓜豆腐煲	金瓜粉絲
	副菜	蒜香紫茄	薑絲南瓜	清燉冬瓜	榨菜木耳	肉絲炒蒲瓜	椒鹽玉筍菇	客家小炒
	青菜	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬
	小菜	開胃小菜						
	素菜	黃椒炒菇	小豆苗	番茄金筍	醬燒杏鮑菇	三杯菇菇	炒佛手瓜	炒豆芽菜
晚餐	治療餐主食	五穀飯	糙米飯	紫米飯	五穀飯	糙米飯	紫米飯	五穀飯
	主菜	梅干扣肉	卡拉雞腿堡	義式蒸魚	紅醬豬肉	三杯雞	香烤鯖魚	和風燉肉
	治療主菜(一)	芋香肉燥	油雞肉絲	義式蒸魚	紅燒豬肉	三杯蓉	薑汁魚片	和風燉肉
	月子主菜(一)	梅干扣肉	油雞肉絲	蒜香蒸魚	紅醬豬肉	三杯雞	家常爌肉	和風燉肉
	月子主菜(二)	沙茶魷魚	XO炒雙鮮	栗子燒雞	薑絲虱目魚	塔香中捲	醋溜雞球	爆炒雙鮮
	軟剁主菜	芋香肉燥	醬燒雞蓉	蒜香蒸魚	紅醬豬肉	三杯雞蓉	薑汁魚片	和風肉燥
	半葷	番茄燉素雞蘿蔔	腐皮銀芽	豆干海帶	醬燒彩丁豆干	雪菜干丁	白菜滷	大瓜紅K
	副菜	塔香海茸	炒蒲瓜	鹹蛋苦瓜	豆瓣茄片	清燉冬瓜	紅蘿蔔炒蛋	雙色海帶
	青菜	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬
	小菜	開胃小菜						
	素菜	炒佛手瓜	香椿雙色山藥	炒櫛瓜	青椒炒木耳	蒸南瓜	塔香茄片	炒高麗菜

每日午晚餐	品項	每月 1~15 日	每月 16~31 日
	養生燉品(魚肉)	薑絲鱸魚湯	無刺虱目魚肚湯
	養生燉品(雞肉)	香菇雞湯	栗子雞湯
	養生燉品(豬肉)	玉米排骨湯	芋頭排骨湯

如遇氣候、天災或供貨等不可抗力之因素，本廚房將以等值之食材更替，如有不便敬請見諒。最後檢閱日期：2026年11月04日