



# 中山醫學大學附設醫院 中興分院循環菜單公告



您專屬的第二個廚房  
營養師精心調配  
滿足您一日所需



| 飲食種類 | 特色及適合對象                           |
|------|-----------------------------------|
| 普通飲食 | 普通飲食: 忌食豬、雞、牛、海鮮者可以特別訂製           |
|      | 稀飯飲食: 針對老人及吞嚥困難者                  |
|      | 軟質飲食: 提供稀飯及質地較軟之菜類                |
|      | 剉碎飲食: 適合老人、吞嚥或咀嚼困難者 (提供稀飯)        |
|      | 全素飲食: 有素食稀飯、素食軟質及素食剉碎餐可供選擇        |
|      | 早素飲食: 早餐提供素食餐點，午、晚餐提供普通飲食         |
| 治療飲食 | 低油飲食: 心臟病、高血壓、乳糜胸、腹瀉、膽囊炎病患者       |
|      | 低鹽飲食: 水腫、高血壓、腹水、肝硬化、心臟病、腎衰竭、妊娠毒血症 |
|      | 低普林飲食: 痛風、高尿酸血症、尿酸鹽沉積引起之泌尿道結石者    |
|      | 糖尿病飲食: 糖尿病、血糖不穩定者                 |
|      | 洗腎飲食: 腎臟疾病或腎臟發生病變者                |
|      | 低蛋白飲食: 胃功能不全、肝腎虛患者                |
|      | 全流飲食: 咀嚼吞嚥困難、腸胃不適、飲食轉換過度期之病患      |
|      | 半流飲食: 無牙、咀嚼吞嚥困難、胃炎、消化不良者          |

|     | 第1天  | 第2天   | 第3天  | 第4天  | 第5天   | 第6天  | 第7天  | 第8天  |
|-----|--|---|--|--|---|--|--|--|
| 早餐  | 白粥<br>花生油麵筋<br>魯海帶根<br>燙地瓜葉<br>魯蒟蒻版                | 地瓜五穀米粥<br>炒青江菜<br>海苔肉鬆/<br>素肉鬆                        | 無糖豆漿<br>蔥蛋饅頭<br>炒A菜                                  | 白粥<br>蔥酥肉燥<br>滷素雞<br>炒油菜<br>三杯蒟蒻小捲                       | 沙茶炒麵<br>當歸素羊肉湯  | 地瓜粥<br>滷四分干<br>雙色炒蛋<br>炒大陸妹<br>滷海帶片                  | 雞茸玉米粥<br>炒小白菜<br>海苔肉鬆<br>素香鬆                       | 白粥<br>炒雙絲<br>三色素蝦仁<br>燙地瓜葉<br>枸杞滷麵輪                    |
| 熱量  | 415kcal  | 382kcal   | 460kcal  | 430kcal  | 450kcal   | 463kcal  | 390kcal  | 405kcal  |
| 午餐  | 白飯<br>咖哩豬排<br>魚板胡瓜<br>醬炒四寶<br>炒芥藍菜<br>牛蒡絲<br>榨菜肉絲湯 | 白飯<br>蜜汁雞排<br>魚翅小瓜蜆皮<br>蔥酥蒸蛋<br>薑絲小白菜<br>炒碎脯<br>山粉圓甜湯 | 白飯<br>客家封肉<br>螞蟻上樹<br>蒜香長豆<br>炒高麗菜<br>滷印干<br>海芽蛋花湯   | 白飯<br>滷雞腿<br>卜菜苦瓜<br>? 花炒蛋<br>豆皮大白菜<br>滷海帶片<br>玉米蘿蔔湯     | 白飯<br>紅糟豬大排<br>木耳榨菜肉絲<br>山藥炒甜椒<br>炒青江菜<br>薑片<br>米血黑輪湯 | 白飯<br>蕃茄肉丁<br>馬K木耳<br>三色麵筋<br>炒油菜<br>酸菜絲<br>蘿蔔軟骨湯    | 香滷腱子肉<br>芹香甜不辣<br>燻香菇冬瓜<br>炒青江菜<br>土豆小魚干<br>薑絲海帶結湯 | 白飯<br>馬鈴薯燉肉<br>柴香鮮茄<br>洋蔥炒蛋<br>炒油菜<br>蘿蔔軟排湯            |
| 熱量  | 674kcal  | 710kcal   | 645kcal  | 615kcal  | 680kcal   | 689kcal  | 657kcal  | 718kcal  |
| 晚餐  | 白飯<br>洋蔥雞丁<br>滷香菇冬瓜<br>芋芋三色<br>炒大陸妹<br>豆漿<br>金針湯   | 煎肉質魚<br>木耳大黃瓜<br>繪彩椒<br>炒油菜<br>滷百頁豆腐<br>洋蔥南瓜湯         | 白飯<br>煎青甘魚<br>塔香海草<br>薑絲南瓜<br>炒芥藍菜<br>小瓜水花生<br>味噌豆腐湯 | 白飯<br>黑胡椒豬柳<br>大黃瓜紅肚片<br>客家小炒<br>炒大陸妹<br>芝麻馬鈴薯絲<br>冬菜冬粉湯 | 白飯<br>咖哩雞<br>海結燒油腐<br>柴香鮮茄<br>紅人白菜<br>蜜地瓜片<br>蔴鳳梨苦瓜湯  | 白飯<br>麻油雞<br>紅人高麗菜<br>茄汁麵腸<br>青椒雞絲<br>梅汁青木瓜<br>芹菜豆腐湯 | 鹽酥魚丁<br>黑胡椒豆芽<br>豆瓣筍筍<br>炒芥藍菜<br>芝麻馬鈴薯絲<br>紫菜蛋花湯   | 白飯<br>三杯雞丁<br>塔香海草<br>豆瓣桂竹筍<br>炒大陸妹<br>滷百頁豆腐<br>蔴鳳梨苦瓜湯 |
| 熱量  | 711kcal  | 708kcal   | 695kcal  | 755kcal  | 670kcal   | 648kcal  | 753kcal  | 677kcal  |
| 總熱量 | 1800kcal   | 1800kcal  | 1800kcal   | 1800kcal   | 1800kcal  | 1800kcal   | 1800kcal   | 1800kcal   |

|     | 第9天  | 第10天   | 第11天   | 第12天  | 第13天  | 第14天   | 第15天   |
|-----|--|--|--|---|---|--|--|
| 早餐  | 叻魚粥<br>炒本土A菜<br>海苔肉鬆/<br>素香鬆                   | 無糖豆漿<br>素菜包(大肉包)<br>炒油菜                              | 白粥<br>紅燒海結<br>紅人炒蛋<br>炒青江菜<br>滷百頁豆腐                | 芋香湯米粉<br>滷蛋   | 白飯<br>地瓜簽粥<br>茄汁麵腸<br>木耳筍片<br>炒A菜<br>滷蒟蒻板               | 皮蛋瘦肉粥<br>炒小白菜<br>海苔肉鬆<br>素香鬆                         | 咖哩炒飯<br>燙高麗菜<br>黑輪湯                                    |
| 熱量  | 383kcal  | 395kcal  | 423kcal  | 450kcal   | 414kcal   | 376kcal  | 471kcal  |
| 午餐  | 白飯<br>照燒豬排<br>魚香花椰菜<br>螞蟻上樹<br>豆皮大白菜<br>空心菜小魚湯 | 白飯<br>泰式雞腿<br>海苔蒟蒻絲<br>五彩蝦仁<br>炒大陸妹<br>炒碎脯<br>玉米蘿蔔湯  | 白飯<br>椒鹽魚片<br>芹香黑干片<br>繪彩椒<br>炒小白菜<br>酸菜絲<br>榨菜肉絲湯 | 白飯<br>香菇蒸肉<br>紅燒冬瓜<br>玉米三色<br>炒油菜<br>辣炒土豆小魚干<br>檸檬山粉圓甜湯 | 白飯<br>煎青甘魚<br>蘿蔔魷魚羹<br>三色麵筋<br>炒大陸妹<br>蜜地瓜片<br>薑絲海結湯    | 白飯<br>客家鹹豬肉<br>大瓜炒蝦仁<br>番茄炒蛋<br>炒油菜<br>滷海帶片<br>芹菜豆腐湯 | 白飯<br>蜜汁雞腿<br>滷豆包<br>紅人高麗菜<br>西芹素魷魚<br>酸菜絲<br>冬瓜湯      |
| 熱量  | 664kcal  | 694kcal  | 703kcal  | 665kcal   | 774kcal   | 695kcal  | 600kcal  |
| 晚餐  | 白飯<br>煎白北片<br>素什錦<br>茄汁麵腸<br>炒青江菜<br>味噌豆腐湯     | 白飯<br>日式燒肉片<br>長豆香菇<br>咖哩三色<br>魚板高麗菜<br>滷印干<br>海芽蛋花湯 | 白飯<br>滷雞排<br>胡瓜蝦皮<br>豆瓣筍筍<br>炒空心菜<br>橙汁青木瓜絲<br>金針湯 | 白飯<br>香菇雞<br>木耳榨菜肉絲<br>素什錦<br>炒空心菜<br>牛蒡絲<br>鮮甜南瓜湯      | 白飯<br>磨菇豬柳<br>紅肚高麗菜<br>豆瓣黑干丁<br>炒青江菜<br>芝麻馬鈴薯絲<br>紫菜蛋花湯 | 白飯<br>炸金線魚<br>甘味苦瓜<br>客家小炒<br>炒青江菜<br>小瓜紅K丁<br>冬菜冬粉湯 | 白飯<br>起司豬排<br>開陽胡瓜<br>魚板蒸蛋<br>涼拌海帶跟<br>芝麻馬鈴薯絲<br>椰香西米露 |
| 熱量  | 753kcal  | 711kcal  | 674kcal  | 685kcal   | 612kcal   | 729kcal  | 729kcal  |
| 總熱量 | 1800kcal                                       | 1800kcal   | 1800kcal   | 1800kcal  | 1800kcal  | 1800kcal   | 1800kcal   |

