

金品 月子膳食 菜單



月子燉補湯

- | | |
|----------|----------|
| 藥膳牛肉湯 | 四物排骨湯 |
| 黑豆紅棗牛肉湯 | 四神排骨湯 |
| 昆布玉米牛肉湯 | 木耳排骨湯 |
| 黃豆紅蘿蔔牛肉湯 | 山藥排骨湯 |
| 山藥紅蘿蔔牛肉湯 | 八珍排骨湯 |
| 青木瓜燉雞湯 | 南北杏排骨湯 |
| 首烏竹筴雞湯 | 青木瓜排骨湯 |
| 紅棗木耳雞湯 | 十全藥膳排骨湯 |
| 金針香菇雞湯 | 香菇竹筴排骨湯 |
| 四物枸杞雞湯 | 紅蘿蔔玉米排骨湯 |
| 香菇竹筴雞湯 | 味增魚湯 |
| 香菇枸杞燉雞湯 | 薑絲魚湯 |
| 當歸黨蔘竹筴雞湯 | 鮮百菇魚湯 |
| 黨蔘紅棗竹筴雞湯 | 當歸黃芪魚湯 |
| 當歸枸杞川芎蝦 | 紅莧菜枸杞魚湯 |
| 黑棗花生燉豬腳 | 馬鈴薯蘑菇濃湯 |
| 黑豆紅棗燉豬腳 | 魚丸湯 |
| 雞蓉玉米濃湯 | 羅宋湯 |

主菜

- | | |
|----------|--------|
| 法式牛柳 | 酥肉羹 |
| 私房滷牛肉 | 台式肉燥 |
| 西蘭花牛肉 | 紅燒獅子頭 |
| 紅酒燉牛肉 | 時蔬燴油豆腐 |
| 蘑菇牛柳粒 | 八珍豆腐 |
| 洋葱炒牛肉 | 三杯杏鮑菇 |
| 薑蔥雞 | 海鮮豆腐煲 |
| 滷雞腿 | 紅燒豬腳 |
| 三杯雞 | 青江菜滷豬腳 |
| 香煎魚排/雞 | |
| 宮保雞丁(不辣) | |
| 京都排骨 | |
| 香干肉絲 | |
| 紅燒肉(青江菜) | |
| 芋頭燉排骨 | |
| 核桃蝦 | |
| 芹菜炒花枝 | |
| 高麗菜獅子頭 | |



台式補湯

- 麻油杜仲腰花湯
- 麻油雞
- 藥膳麻油雞
- 紅棗麻油雞
- 枸杞麻油雞
- 菠菜豬肝湯
- 枸杞豬肝湯
- 紅棗豬肝湯
- 鮮菇豬肝湯
- 紅莧菜豬肝湯



菜

- | | |
|-----------|-------------|
| 雪菜炒肉絲 | 菠菜肉絲 |
| 雪菜炒豆乾 | 菠菜炒香菇絲 |
| 西芹炒紅椒絲 | 菠菜炒枸杞 |
| 西芹紅蘿蔔炒蝦仁 | 油菜炒草菇 |
| 雪豆炒杏鮑菇 | 油菜炒木耳絲 |
| 雪豆杏鮑菇炒肉 | 油菜草菇豬肉絲 |
| 雪豆紅蘿蔔炒蝦仁 | 青江紅蘿蔔溜肉片 |
| 薑絲黑木耳紅蘿蔔片 | 紅椒洋葱雞丁 |
| 薑絲綠花椰玉米筍 | 黑木耳紅椒炒肉 |
| 薑片黑木耳紅蘿蔔片 | 毛豆枸杞豬肉絲 |
| 薑絲黑木耳片炒肉絲 | 馬鈴薯(絲)枸杞炒肉絲 |
| 黃豆芽豬肉絲 | 青江菜炒木耳絲 |
| 黃豆芽香菇豬肉絲 | 免治牛肉玉米粒 |
| 義大利瓜鮮菇玉米筍 | 青椒牛肉絲 |
| 芹菜炒甜不辣 | 綠葉時菜 |
| 綠花椰菜炒玉米筍 | 芥蘭炒枸杞 |
| 清炒魚片 | 芥蘭炒香菇絲 |
| 清炒花枝 | 芥蘭炒紅蘿蔔絲 |
| 清炒高麗菜(蝦皮) | 清炒白花椰 |
| | 燉南瓜 |

飯

- 菜飯
- 紫米飯
- 紅白飯
- 五穀飯
- 糙米飯
- 鮭魚拌飯
- 香菇糯米油飯
- 麻油蛋炒糙米飯

蛋

- 香菇烘蛋
- 木耳烘蛋
- 青豆烘蛋
- 菠菜烘蛋
- 玉米烘蛋
- 九層塔烘蛋
- 紅蘿蔔絲烘蛋

甜點

- 紅豆湯
- 芝麻糊
- 薏仁湯
- 酒釀湯圓
- 芋頭甜湯
- 花生甜湯
- 花生薏仁湯
- 紅豆薏仁湯
- 紅豆小湯圓
- 紅棗燉南瓜
- 黑糖地瓜甜湯
- 桂圓地瓜甜湯
- 黃豆花生甜湯
- 冰糖紅棗銀耳甜湯
- 桂圓糯米粥
- 紅豆紫米粥
- 紅棗薏仁糯米粥
- 枸杞黑糖糯米粥

粥

- 小米粥
- 地瓜糙米粥
- 枸杞糙米粥
- 芋頭糙米粥
- 紅豆燕麥粥
- 山藥紅糙米粥
- 紅蘿蔔芹菜牛肉粥
- 香菇芋頭肉片粥
- 香菇芹菜雞肉/瘦肉粥
- 香菇紅蘿蔔高麗紅糙米粥
- 香菇紅蘿蔔高麗菜粥

調飲

- 山楂紅棗茶
- 黑糖薑母茶
- 紅棗桂圓茶
- 紅棗蜜棗茶
- 紅棗枸杞茶

本菜單所載各項菜品，本公司保留隨時調整之權利，恕不另行通知。

金品 月子膳食

坐(月)子 調理重點

- 第一週『平補-補血養肝』：以滋補清淡的月子湯來養肝補血，幫助排惡露
- 第二週『溫補-強腰補腎』：促進全身血液循環，加速恢復期間的新陳代謝
- 第三、四週『大補-滋補氣血』：用藥膳燉補湯來大補氣血，加強恢復體力

一日餐點

