咕　咕　鬆　餅

項目/產品	黑胡椒燻雞鬆餅
熱量 (kcal)	769
碳水化合物 (g)	122.2
精緻糖 (g)	42.4
蛋白質 (g)	31.1
脂質 (g)	17.2
飽和脂肪酸 (g)	8.1
膽固醇 (mg)	269.1
膳食纖維 (g)	2.5

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、乳製品及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	和風鮪魚蔬菜鬆餅
熱量 (kcal)	784
碳水化合物 (g)	122.6
精緻糖 (g)	42.5
蛋白質 (g)	19.9
脂質 (g)	24.0
飽和脂肪酸 (g)	9.1
膽固醇 (mg)	241.3
膳食纖維 (g)	2.9

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、魚類、乳製品及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	德式香腸蔬菜鬆餅
熱量 (kcal)	771
碳水化合物 (g)	122.9
精緻糖 (g)	42.7
蛋白質 (g)	20.7
脂質 (g)	22.1
飽和脂肪酸 (g)	10.0
膽固醇 (mg)	251.3
膳食纖維 (g)	2.7

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、乳製品及蛋製品，對食物過敏者請留意。

中國文化大學
CHINESE CULTURE UNIVERSITY
學務處 衛生保健組、保健營養學系 關心您

娃子複合餐飲

項目/產品	香雞蛋堡
熱量 (kcal)	611.7
碳水化合物 (g)	42.9
精緻糖 (g)	3.0
蛋白質 (g)	20.3
脂質 (g)	40.3
飽和脂肪酸 (g)	10.8
膽固醇 (mg)	252.6
膳食纖維 (g)	2.9

※過敏原資訊：本產品含有小麥麩質、芝麻、乳製品及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	豬排蛋吐司
熱量 (kcal)	431.9
碳水化合物 (g)	31.2
精緻糖 (g)	2.8
蛋白質 (g)	17.7
脂質 (g)	26.2
飽和脂肪酸 (g)	6.6
膽固醇 (mg)	258.5
膳食纖維 (g)	1.9

※過敏原資訊：本產品含有小麥麩質、乳製品及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	熱狗蛋
熱量 (kcal)	380.5
碳水化合物 (g)	9.3
精緻糖 (g)	2.4
蛋白質 (g)	17.9
脂質 (g)	30.4
飽和脂肪酸 (g)	8.3
膽固醇 (mg)	277.9
膳食纖維 (g)	0

※過敏原資訊：本產品含有蛋製品，對食物過敏者請留意。

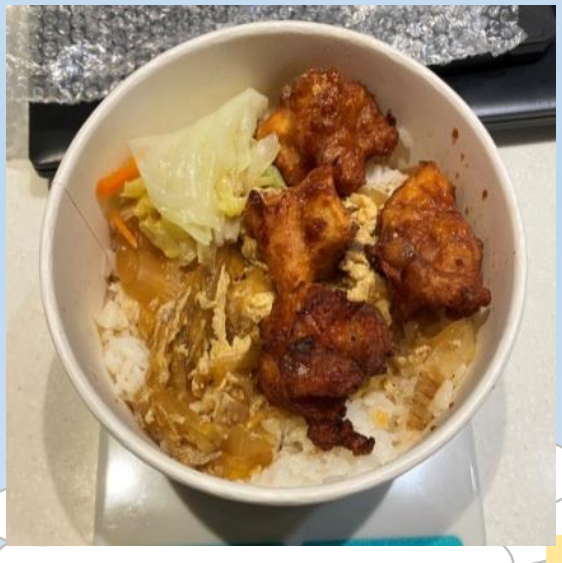
村　吉　日　料

項目/產品	一番燒牛肉飯
熱量 (kcal)	564.8
碳水化合物 (g)	97.8
精緻糖 (g)	1.4
蛋白質 (g)	18.9
脂質 (g)	10.0
飽和脂肪酸 (g)	2.3
膽固醇 (mg)	31.5
膳食纖維 (g)	3.3

※過敏原資訊 ： 本產品含有芝麻，對食物過敏者請留意。

項目/產品	炒烏龍麵
熱量 (kcal)	485.2
碳水化合物 (g)	70.5
精緻糖 (g)	4.8
蛋白質 (g)	12.0
脂質 (g)	17.9
飽和脂肪酸 (g)	3.3
膽固醇 (mg)	86.5
膳食纖維 (g)	4.5

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、魚類、蛋製品，對食物過敏者請留意。



項目/產品	唐揚炸雞丼飯
熱量 (kcal)	974.3
碳水化合物 (g)	140.9
精緻糖 (g)	5.4
蛋白質 (g)	31.6
脂質 (g)	30.2
飽和脂肪酸 (g)	6.2
膽固醇 (mg)	165.8
膳食纖維 (g)	3.3

※過敏原資訊 ： 本產品含有蛋製品，對食物過敏者請留意。

中國文化大學
CHINESE CULTURE UNIVERSITY
學務處 衛生保健組、保健營養學系 關心您

文　大　咖　啡

項目/產品	義式番茄起司帕尼尼
熱量 (kcal)	336.4
碳水化合物 (g)	40.1
精緻糖 (g)	4.2
蛋白質 (g)	14.9
脂質 (g)	13.0
飽和脂肪酸 (g)	8.3
膽固醇 (mg)	32.0
膳食纖維 (g)	2.7

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、乳製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	義式蒜香火腿帕尼尼
熱量 (kcal)	304.6
碳水化合物 (g)	39.5
精緻糖 (g)	3.8
蛋白質 (g)	14.2
脂質 (g)	10.0
飽和脂肪酸 (g)	5.1
膽固醇 (mg)	22.2
膳食纖維 (g)	2.5

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、乳製品、蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	火腿蕃茄起司可頌
熱量 (kcal)	323.7
碳水化合物 (g)	27.7
精緻糖 (g)	4.2
蛋白質 (g)	12.1
脂質 (g)	18.3
飽和脂肪酸 (g)	10.3
膽固醇 (mg)	36.7
膳食纖維 (g)	1.4

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、乳製品，對食物過敏者請留意。

四　海　遊　龍

項目/產品	菜肉雲吞麵
熱量 (kcal)	1553.8
碳水化合物 (g)	325.5
精緻糖 (g)	6.4
蛋白質 (g)	51.2
脂質 (g)	5.7
飽和脂肪酸 (g)	1.7
膽固醇 (mg)	2.3
膳食纖維 (g)	7.6

※過敏原資訊 ：本產品含有小麥麩質、大豆、芝麻，且生產製程廠房設備或生產線有處理含魚、蝦、蛋、乳製品等成分之原料，對食物過敏者請留意。

項目/產品	高麗菜水餃套餐
熱量 (kcal)	705.7
碳水化合物 (g)	124.6
精緻糖 (g)	10.1
蛋白質 (g)	22.1
脂質 (g)	13.4
飽和脂肪酸 (g)	3.6
膽固醇 (mg)	32.3
膳食纖維 (g)	3.8

※過敏原資訊 ：本產品含有小麥麩質、大豆、芝麻，且生產製程廠房設備或生產線有處理含魚、蝦、蛋、乳製品等成分之原料，對食物過敏者請留意。

項目/產品	玉米水餃套餐
熱量 (kcal)	729.4
碳水化合物 (g)	83.9
精緻糖 (g)	2.9
蛋白質 (g)	43.8
脂質 (g)	23.7
飽和脂肪酸 (g)	6.8
膽固醇 (mg)	73.1
膳食纖維 (g)	7.9

※過敏原資訊 ：本產品含有小麥麩質、大豆、芝麻，且生產製程廠房設備或生產線有處理含魚、蝦、蛋、乳製品等成分之原料，對食物過敏者請留意。

四　海　遊　龍

項目/產品	鮮肉雲吞湯
熱量 (kcal)	598.4
碳水化合物 (g)	89.9
精緻糖 (g)	0.1
蛋白質 (g)	32.7
脂質 (g)	12.1
飽和脂肪酸 (g)	4.0
膽固醇 (mg)	43.4
膳食纖維 (g)	4.9

※過敏原資訊 ：本產品含有小麥麩質、大豆、芝麻，且生產製程廠房設備或生產線有處理含魚、蝦、蛋、乳製品等成分之原料。

項目/產品	韭菜水餃
熱量 (kcal)	604.4
碳水化合物 (g)	60.8
精緻糖 (g)	4.6
蛋白質 (g)	22.2
脂質 (g)	30.3
飽和脂肪酸 (g)	11.0
膽固醇 (mg)	82.1
膳食纖維 (g)	4.8

※過敏原資訊 ：本產品含有小麥麩質、大豆、芝麻，且生產製程廠房設備或生產線有處理含魚、蝦、蛋、乳製品等成分之原料，對食物過敏者請留意。

項目/產品	招牌鍋貼
熱量 (kcal)	878.1
碳水化合物 (g)	80.9
精緻糖 (g)	0.1
蛋白質 (g)	20.6
脂質 (g)	53.1
飽和脂肪酸 (g)	9.9
膽固醇 (mg)	31.0
膳食纖維 (g)	2.4

※過敏原資訊 ：本產品含有小麥麩質、大豆、芝麻，且生產製程廠房設備或生產線有處理含魚、蝦、蛋、乳製品等成分之原料。

多　寶　閣

項目/產品	蛋炒飯
熱量 (kcal)	858.8
碳水化合物 (g)	161.7
精緻糖 (g)	0.1
蛋白質 (g)	19.4
脂質 (g)	13.4
飽和脂肪酸 (g)	3.1
膽固醇 (mg)	212.1
膳食纖維 (g)	2.7

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	肉絲麵
熱量 (kcal)	510.4
碳水化合物 (g)	86.7
精緻糖 (g)	0.3
蛋白質 (g)	19.7
脂質 (g)	9.6
飽和脂肪酸 (g)	2.6
膽固醇 (mg)	9.4
膳食纖維 (g)	3.7

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質，對食物過敏者請留意。

項目/產品	蝦仁炒泡麵
熱量 (kcal)	670.6
碳水化合物 (g)	95.7
精緻糖 (g)	2.4
蛋白質 (g)	24.8
脂質 (g)	21.5
飽和脂肪酸 (g)	4.5
膽固醇 (mg)	255.6
膳食纖維 (g)	2.4

※過敏原資訊 ： 本產品含有、蝦、蛋製品，對食物過敏者請留意。

中國文化大學
CHINESE CULTURE UNIVERSITY
學務處 衛生保健組、保健營養學系 關心您

多　寶　閣

項目/產品	蝦仁蛋炒飯
熱量 (kcal)	863.2
碳水化合物 (g)	143.6
精緻糖 (g)	0.1
蛋白質 (g)	22.0
脂質 (g)	21.0
飽和脂肪酸 (g)	4.4
膽固醇 (mg)	255.2
膳食纖維 (g)	2.3

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	火腿蛋蔥油餅
熱量 (kcal)	754.3
碳水化合物 (g)	63.4
精緻糖 (g)	0.5
蛋白質 (g)	21.1
脂質 (g)	47.1
飽和脂肪酸 (g)	9.1
膽固醇 (mg)	228.9
膳食纖維 (g)	1.5

※過敏原資訊 ：本產品含有蛋、麩質之穀物(小麥)及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

項目/產品	麻婆豆腐燴飯
熱量 (kcal)	967.3
碳水化合物 (g)	116.3
精緻糖 (g)	0.1
蛋白質 (g)	42.3
脂質 (g)	35.0
飽和脂肪酸 (g)	10.2
膽固醇 (mg)	93.0
膳食纖維 (g)	3.6

※過敏原資訊 ： 本產品含有大豆及其製品、蝦、魚類製品製品，對食物過敏者請留意。

中國文化大學
CHINESE CULTURE UNIVERSITY

學務處 衛生保健組、保健營養學系 關心您

趙　班　長

項目/產品	泰式蝦排飯卷
熱量 (kcal)	819.3
碳水化合物 (g)	110.3
精緻糖 (g)	11.7
蛋白質 (g)	23.5
脂質 (g)	31.0
飽和脂肪酸 (g)	5.6
膽固醇 (mg)	155.1
膳食纖維 (g)	5.2

※過敏原資訊 ： 本產品含有小麥麩質、蝦及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	肉鬆沙拉飯卷
熱量 (kcal)	693.7
碳水化合物 (g)	99.7
精緻糖 (g)	9.5
蛋白質 (g)	24.1
脂質 (g)	21.6
飽和脂肪酸 (g)	5.6
膽固醇 (mg)	145.6
膳食纖維 (g)	3.0

※過敏原資訊 ： 本產品含有蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	燒肉飯卷
熱量 (kcal)	558.4
碳水化合物 (g)	88.5
精緻糖 (g)	0.4
蛋白質 (g)	19.2
脂質 (g)	13.4
飽和脂肪酸 (g)	3.9
膽固醇 (mg)	31.2
膳食纖維 (g)	2.7

※過敏原資訊:: 本產品含有蛋製品，對食物過敏者請留意。

趙　班　長

項目/產品	起司鮪魚飯卷
熱量 (kcal)	628.9
碳水化合物 (g)	99.1
精緻糖 (g)	1.8
蛋白質 (g)	18.0
脂質 (g)	17.3
飽和脂肪酸 (g)	4.7
膽固醇 (mg)	128.4
膳食纖維 (g)	4.2

※過敏原資訊 ： 本產品含有奶製品、魚及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	起司雞柳飯卷
熱量 (kcal)	6283
碳水化合物 (g)	100.2
精緻糖 (g)	1.72
蛋白質 (g)	30.1
脂質 (g)	10.9
飽和脂肪酸 (g)	3.3
膽固醇 (mg)	154.9
膳食纖維 (g)	3.8

※過敏原資訊 ： 本產品含有奶製品及蛋製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	泡菜燒肉飯卷
熱量 (kcal)	683.0
碳水化合物 (g)	99.2
精緻糖 (g)	0.3
蛋白質 (g)	28.4
脂質 (g)	18.3
飽和脂肪酸 (g)	5.1
膽固醇 (mg)	171.6
膳食纖維 (g)	4.3

※過敏原資訊:本產品含有蛋製品，對食物過敏者請留意。

O H ! P A S T A

項目/產品	奶油德式香腸義大利麵
熱量 (kcal)	1332.4
碳水化合物 (g)	218.0
精緻糖 (g)	3.2
蛋白質 (g)	48.3
脂質 (g)	30.0
飽和脂肪酸 (g)	7.8
膽固醇 (mg)	58.2
膳食纖維 (g)	18.0

※過敏原資訊：本產品含有小麥麩質、乳製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	紅醬煙燻培根義大利麵
熱量 (kcal)	1630.7
碳水化合物 (g)	233.1
精緻糖 (g)	6.1
蛋白質 (g)	55.3
脂質 (g)	53.6
飽和脂肪酸 (g)	16.4
膽固醇 (mg)	70.7
膳食纖維 (g)	18.6

※過敏原資訊：本產品含有小麥麩質、乳製品，對食物過敏者請留意。

項目/產品	香煎奶油嫩雞義大利麵
熱量 (kcal)	1100.9
碳水化合物 (g)	191.0
精緻糖 (g)	1.5
蛋白質 (g)	50.0
脂質 (g)	15.0
飽和脂肪酸 (g)	2.4
膽固醇 (mg)	54.5
膳食纖維 (g)	15.0

※過敏原資訊：本產品含有小麥麩質、乳製品，對食物過敏者請留意。

中國文化大學
CHINESE CULTURE UNIVERSITY
學務處 衛生保健組、保健營養學系 關心您

三　顧　茅　廬

老火湯底熱量
約50-100卡

項目/產品	老火牛肉套餐
熱量 (kcal)	666.9
碳水化合物 (g)	109.3
精緻糖 (g)	1.7
蛋白質 (g)	32.4
脂質 (g)	11.8
飽和脂肪酸 (g)	3.6
膽固醇 (mg)	36.8
膳食纖維 (g)	3.2

※過敏原資訊：本產品含有含有大豆、小麥麩質、魚類、蛋製品，對食物過敏者請留意。　。

項目/產品	老火豬肉套餐
熱量 (kcal)	789.5
碳水化合物 (g)	125.5
精緻糖 (g)	1.8
蛋白質 (g)	33.4
脂質 (g)	17.7
飽和脂肪酸 (g)	6.0
膽固醇 (mg)	39.1
膳食纖維 (g)	3.6

※過敏原資訊：本產品含有含有大豆、小麥麩質、魚類、蛋製品，對食物過敏者請留意。

老火湯底熱量
約50-100卡

麻辣湯底熱量
約25-350卡

項目/產品	麻辣鴨血豆腐套餐
熱量 (kcal)	781.0
碳水化合物 (g)	131.6
精緻糖 (g)	1.7
蛋白質 (g)	36.2
脂質 (g)	12.9
飽和脂肪酸 (g)	3.8
膽固醇 (mg)	32.5
膳食纖維 (g)	3.8

※過敏原資訊：本產品含有含有大豆、小麥麩質、魚類、蛋製品，對食物過敏者請留意。

中國文化大學
CHINESE CULTURE UNIVERSITY

學務處 衛生保健組、保健營養學系 關心您