

五穀類

白飯 (一碗滿)	296	白麵包 4 片裝連邊 (每片)	234
碟頭飯底	333	白麵包 6 片裝連邊 (每片)	156
壽司飯 (一個)	37	白麵包 8 片裝連邊 (每片)	117
軍艦壽司飯	44	白麵包 6 片裝連邊 (每片)	78
白粥 (一碗滿)	90	提子包 6 片裝連邊 (每片)	182
潮州粥 (一碗滿)	144	麥包 6 片裝連邊 (每片)	92
米粉 (一碗滿)	173	餐包 (送湯用)	84
通粉 (一碗滿)	167	英式鬆餅	149
河粉 (一大碗滿)	284	麥皮 (不加糖、奶) (一碗滿)	80
意粉 (一碟)	373	粟米片 (一碗滿)	95
上海麵 (一碗滿)	207	提子餅麥片	158
蝦子麵 (一碗滿)	215	即沖麥片 (一包)	117
烏冬一包	250	高鈣脫脂即沖麥片 (一包)	109
米線 (一大碗滿)	330	燕麥片 (一包)	100
伊麵 (一大碗滿)	404	輕怡消化餅	69
千層闊麵 (一碟)	447	杯麵 (一個)	363
寬條麵 (一碟)	476	西炒飯 (一碟)	355
墨汁麵 (一碟)	336	消化餅	70
即食麵 (一包)	445	朱古力消化餅	109

飲品類

鮮橙汁 (250ml)	110	啤酒 (一罐)	106
蘋果汁 (250ml)	115	啤酒 (一枝)	202
菠蘿汁 (250ml)	140	紅酒 (一高身酒杯)	85
西柚汁 (250ml)	115	白酒 (一高身酒杯)	83
蕃茄汁 (250ml)	40	蜂蜜綠茶 (一罐)	52
西梅汁 (250ml)	180	黑咖啡	2
蔬菜汁 (V8)	45	奶茶 (不加糖、少奶)	11
好立克 (3 匙粉)	59	菊花茶 (250ml)	90
阿華田 (3 匙粉)	45	維他奶 (250ml)	120
維他純豆漿 (無糖)	55	佳得樂 (Gatorade) (250ml)	114
橙汁 (盒裝)	130	汽水 (一罐)	140
果汁先生 (250ml)	95	輕怡汽水 (一罐)	2
葡萄適 (小枝裝)	198	利賓納 (一杯)	160

糖水

椰青一個	800	雜果西米露一碗	250
芝麻糊一碗	380	合桃露一碗	224
喳咋一碗	340	腐竹雞蛋一碗	211
珍珠奶茶一杯	300	豆腐花一碗	150
番薯糖水一碗	336	椰汁西米露一碗	180

紅豆沙一碗	320
-------	-----

綠豆沙一碗	320
-------	-----

奶類及奶製品

高鈣低脂奶 1 杯(234ml)	140
脫脂鮮奶 1 杯(234ml)	98
高鈣脫脂奶粉 (4 匙)	90
鮮奶 (250ml)	155
朱古力奶 (250ml)	183
全脂奶粉 (4 匙)	123
全脂淡奶 (250ml)	340
牛油 (單粒包裝)	60
芝士條 12g	38

淡奶半杯 (120 毫升)	190
煉奶半杯 (120 毫升)	326
果味乳酪 (150ml)	167
原味乳酪 (150ml)	52
芝士片	105
低脂芝士片	54
雪糕 (2 湯匙)	205
奶 (咖啡奶茶用) 5g	11
咖啡牛奶 (200ml)	113

零食及甜品類

雪糕一杯 (大) (60g)	109
(小) (37.5g)	68
甜全麥餅	14
梳打餅一塊	35
話梅一粒	5
魷魚片 (100g)	380
牛肉乾 (100g)	480
朱古力 (100g)	550
紫菜一包	10
芝士蛋糕一件	267
大菜糕一碗	70
涼粉一碗	105
蘋果批一件	294
芒果布甸一碗	220
薑@杯	160
乳酪一杯	170

克力架兩塊	64
甜餅兩塊	54
消化餅一塊	70
香口膠一片	5
菠蘿乾 (100g)	200
爆谷 (100g)	450
薯片 (100g)	530
開心果 (100g)	600
魚肉腸仔一條	80
忌廉蛋糕一件	274
馬豆糕一件	80
豆腐花一碗	120
布甸一杯	207
薑@一粒	20
雪糕糯米 糰@件	141
香蕉船雪糕	450

點心類

蝦餃 1 粒 (16 克)	37	燒賣 1 粒 (16 克)	42
山竹牛肉 1 粒 (42 克)	94	排骨 1 件 (20 克)	37
春卷 1 條 (40 克)	136	芋角 1 隻 (26 克)	113
牛肉腸粉 1 條 (78 克)	79	粉果 1 粒 (20 克)	44
雞扎一件 (50 克)	45	潮州粉果 1 粒 (57 克)	113
咸肉粽 (100 克)	191	煎蘿白糕一件 (58 克)	80
蒸腸粉 1 條 (57 克)	66	魚翅餃 (15 克)	39
鮮蝦腸粉 1 條	120	叉燒包 1 個 (60 克)	160
鳳爪 1 隻	25	叉燒包 1 籠 3 個 (38 克)	94
鮮竹卷 1 件	60	蓮蓉包 1 個	90
馬拉糕 1 件	100	饅頭 1 個	60
小籠包 1 粒	120	炸饅頭 1 個	100
奶皇飽 1 個	140	馬豆糕 1 件	80
糯米雞 1 隻	400	珍珠雞 1 隻	140
鹹肉粽 1 隻	573	釀青椒 1 件	180
皮蛋瘦肉粥 1 碗	260	炆油菜 1 碟	140
鮮蝦粉果 1 件	44	雞包子 1 個	196
干燒伊麵 1 碟	1272	菜遠牛肉炒河 1 碟	751
鴛鴦炒飯 1 碟	740	乾炒牛河 1 碟	696
福建炒飯 1 碟	645	楊州炒飯 1 碟	620
火鴨絲炆米 1 碟	588	星州炒米 1 碟	513
廈門炒米 1 碟	490	鹹魚雞粒炒飯 (一碟)	430

麥當奴類

煙肉蛋漢堡	290	熱香餅	410
豬柳蛋漢堡	440	炒蛋	140
豬柳漢堡	370	薯餅	130
漢堡飽	260	麥樂雞	290
芝士漢堡	310	燒烤汁	50
仔堡	410	甜酸汁	60
雙層芝士仔堡	520	細薯條	220
巨無霸	560	中薯條	320
魚柳飽	440	大薯條	400
麥香雞	490	蘋果批	260
照燒豬柳堡	460	焦糖新地	340
早晨全餐	640	朱古力新地	310
熱香餅(加植物油及糖漿)	440	士多啤梨新地	280
雪碧 (12 安士)	140	可口可樂 (12 安士)	140
雪碧 (16 安士)	190	可口可樂 (16 安士)	190
雪碧 (22 安士)	260	可口可樂 (22 安士)	260
雪碧 (32 安士)	380	可口可樂 (32 安士)	284
雲呢拿奶昔	350	橙汁汽水 (12 安士)	130

朱古力奶昔	390
士多啤梨奶昔	380
鮮橙汁 (6 安士)	80
碎朱古力曲奇	330

橙汁汽水 (16 安士)	180
橙汁汽水 (22 安士)	240
橙汁汽水 (32 安士)	360
麥當奴曲奇	290

粥麵類

炒麵 1 碟	911
伊麵 1 碗	404
雲吞麵 1 碗	390
墨丸麵 1 碗	316
淨河粉 1 碗	284
皮蛋瘦肉粥 1 碗	260
魚蛋紫菜湯烏冬 1 碗	250
魚片粥 1 碗	234
淨米粉 1 碗	173
油菜(走油)1 碟	14

牛丸湯河 1 碗	426
雲吞河 1 碗	400
水餃麵 1 碗	360
柴魚花生豬肉粥 1 碗	300
及第粥 1 碗	270
艇仔粥 1 碗	260
鮮牛肉粥 1 碗	247
蝦子麵 1 碗	207
碎牛粥 1 碗	165
白粥 1 碗	88

麵包店

牛角包	129
蘋果酥	270
炸牛肉包	300
豆沙包	335
沙翁	237
蜜瓜包	247
雞尾包	221
叉燒包(餐包)	194
芝麻包	169
吞拿魚包	134
蒜蓉包	104

咖哩酥	385
紅豆包	335
花生包	300
芝士火腿粟米包	295
葡式蛋撻	270
菠蘿包	235
午餐肉包	213
軟豬仔包	169
提子包	169
腸仔包	160
朱古力榛子包	151

日式料理

炸豬扒定食	818
天婦羅丼 (大碗飯)	767
咖哩豬扒飯	720
鐵板炒烏冬	622
叉燒拉麵	605
鰻魚飯	602
九州拉麵	583
刺身定食	529
中華拉麵	449
鹽燒魚定食	425

煎餃子 6 隻	287
京風炸豆腐 1 份	276
燒秋刀魚 1 條	226
吞拿魚壽司 2 件	160
三文魚子壽司 2 件	130
海膽壽司 2 件	126
金菇牛肉卷 1 件	118
蟹籽壽司 2 件	106
甘蝦壽司 2 件	104
帶子壽司 2 件	102

京燒銀鱈魚	326	赤貝壽司 2 件	100
-------	-----	----------	-----

西餐

奄列雞蛋飯	896	炸雞籃	780
漢堡牛肉餅	698	10吋 pizza (厚) 3件	640
意式肉醬意粉	599	10吋 pizza (薄) 3件	510
焗雞皇飯	483	煎豬扒 2件	450
煎香腸(豬肉腸)2條	440	燒牛肉三文治	400
粟米雞粒飯	383	煎香腸(牛肉腸)2條	375
吞拿魚三文治	330	蕃茄雞絲意粉	220
吞拿魚沙律	220	粟米忌廉湯	157
燒牛肉 3安士	150	羅宋湯	126
菜絲沙律	103	煎蛋	136

水果類

櫻桃 (一粒)	2	柑 (一個)	76
提子 (一粒)	4	香蕉 (一隻 120克)	76
士多啤利 (一粒 10克)	5	西柚 (一個)	80
車厘子 (一粒 10克)	5	榴槤 (一粒 約兩隻雞蛋般大)	80
龍眼 (一粒 10克)	5	芒果 (一個 200克)	88
荔枝 (一粒)	12	柿子 (一個 200克)	120
山竹 (一個 84克)	13	牛油果 (一小個)	380
檸檬 (一個)	15	葡萄柚 (一個)	40
杏 (一粒)	17	橙 (一個 156克)	40
沙田柚 (一片 100克)	21	西瓜 (一片 250克)	43
無花果 (一個)	21	西梅 (一粒)	45
蜜棗 (一粒)	23	杏梅 (一個)	45
奇異果 (一個)	30	桃 (一個)	45
皇帝蕉 (一隻 65克)	31	柳橙 (一個)	50
橘子 (一個 70克)	31	楊桃 (一個)	55
百香果 (一個 95克)	31	雪梨 (一個 170克)	58
木瓜 (一片 100克)	32	哈密瓜 (一片 240克)	60
芭蕉 (一隻)	40	火龍果 (一個 250克)	60
菠蘿 (一片 85克)	40	芭樂 (一個 155克)	61
布霖 (一個 100克)	75	蘋果 (一個 200克)	70