

康橋國際學校林口校區 美食街112年11月菜單
Restaurant Meun, November, 2023

| 日期 Date | 11/6 | 11/7 | 11/8 | 11/9 | 11/10 | |
|------------------|--|---|---|---|---|--|
| 星期 Day | (一) | (二) | (三) | (四) | (五) | |
| 早餐 Break-fast | 中式 | 主餐 | 肉燥飯 Braised Pork Rice | 小籠湯包*2 Soup Dumpling *2 | 芋頭瘦肉粥 Taro and Pork Congee | 黑胡椒鐵板麵 Teppanyaki Noodles with Black Pepper Sauce |
| | | 副食1 | 米 豬絞肉 紅蔥頭 豬蛋 菜脯蛋 Scrambled Eggs with Preserved | 小籠包*2 ◎△☆★酥炸蝦排 Deep-fried Shrimp Steak | 芥末椒鹽肉排 Salt and Pepper Pork Chop with | 黃油麵 豬肉絲 洋葱 蒜苗 紅蘿蔔 ◎△香酥雞排 Deep-fried Chicken Chop |
| | | 副食2 | 青菜貢丸湯 Vegetables and Meat Ball Soup | 珍珠丸 Rice Meat Balls | 毛豆炒蛋 Scrambled Eggs with Edamame | 玉米起司炒蛋 Scrambled Eggs with Corn Kernels and Cheese |
| | | 副食3 | 小白菜 貢丸*2 芹菜 Fresh Vegetable | 珍珠丸*2 川燙時蔬 Blanched Vegetable | 雞蛋 毛豆 Fresh Vegetable | 雞蛋 玉米 Fresh Vegetable |
| | | 熱量 | 460 | 500 | 480 | 480 |
| | 西式 | 主餐 | 日式豬肉炒烏龍 Japanese Stir-fried Udon with Pork | 奶酥麵包 Milky Filling Bread | 玉米麥芬堡 English Muffin with Corn | 乳酪餅 Cheese Flatbread |
| | | 副食1 | 烏龍麵 豬肉絲 紅蘿蔔 木耳 味增雞柳柳 Miso Chicken Tenderloin | 奶酥麵包 青醬菇菇肉片 Stir-fried Pork Slices and Mushrooms with Pesto Sauce | 玉米麵包 △雞排+起司片 Chicken Chop+ Cheese Slices | 乳酪餅 吐司片 ☆鮪魚醬 Tuna Paste |
| | | 副食2 | 日式醬油蛋 Braised Egg | 番茄炒蛋 Scrambled Eggs with Tomato | 雞排*1 起司片*1 洋蔥炒蛋 Scrambled Eggs with Onion | 時蔬烘蛋 Vegetables Frittata |
| | | 副食3 | 履歷青菜 Fresh Vegetable | 雞蛋 番茄 香料烤時蔬 Roasted Vegetables with Spices 青花菜 紅蘿蔔 黃椒 紫洋蔥 | 雞蛋 洋蔥 美生菜、洋葱絲、牛番茄 Lettuce, Onion Strips, Tomato | 雞蛋 地瓜 蘑菇 Fresh Vegetable |
| | | 飲品 | 古早味冬瓜茶/米漿 White Gourd Tea / Peanut Rice Milk | 混漿/100%果汁 Mixed Soymlk/Fresh Juice | 麵茶牛乳/無糖麥茶 Roasted Flour Milk/Sugar Free Barley Tea | 柚子茶/低糖豆漿 Yuja Green Tea / Low Sugar Soybean Milk |
| 熱量 | 450 | 470 | 470 | 530 | | |
| 午餐 Lunch | 套餐 | 蒜香大排套餐 | 蒲燒鯛魚套餐 | 日式味噌豬排套餐 | 奶油洋芋燉雞套餐 | 噴子麵套餐 |
| | 主餐 | 糙米飯 Brown Rice | 白飯 Rice | 五穀飯 Grain rice | 白飯 Rice | 噴子麵 Noodles with Mincd Pork Sauce |
| | 主菜 | ◎蒜香豬排 Garlic Pork Chop | ☆△蒲燒鯛魚 Tabavaki Sea Bream | 日式味噌豬排 Miso Pork Chop | 奶油洋芋燉雞 Potato and Chicken Stew | 白麵 豬絞肉 番茄 洋葱 木耳 雞蛋 雲南大薄片 Yunnan Pork Slices |
| | 副主菜 | 玉米炒雞 Stir-fried Chicken with Corn | 桂竹筍炒肉絲 Stir-fried Shredded Pork with Bamboo Shoots | ◎糖醋雞丁 Sweet and Sour Diced Chicken | ◎☆椒鹽魚片 Salt and Pepper Fish Fillet | 雞胸丁 馬鈴薯 紅蘿蔔 |
| | 副菜1 | 雞胸丁 玉米粒 豆薯 毛豆仁 蒜炒雙花 Stir-fried Broccoli and Cauliflower | 豬肉絲 桂竹筍 紅蘿蔔 毛豆蒸蛋 Steamed Egg with Edamame | 雞胸丁 紅甜椒 洋葱 鳳梨 塔香海耳 Stir-fried Kelp with Basil | 帶皮鱈魚 鮮菇塔芥菜 Stir-fried Mustard with Mushroom | 豬五花肉 香茅 辣椒 芝麻 涼拌青木瓜 Green Papaya Salad |
| | 副菜2 | 白花菜 青花菜 蒜粒 履歷青菜 Fresh Vegetable | 雞蛋 毛豆仁 有機青菜 Organic Vegetable | 海耳 九層塔 蒜粒 履歷青菜 Fresh Vegetable | 有機青菜 有機青菜 Organic Vegetable | 青木瓜 洋葱 紅蘿蔔 花生 履歷青菜 Fresh Vegetable |
| | 湯品 | 鳳梨苦瓜雞湯 Chicken Soup with Bitter Gourd and Pineapple | 結頭菜排骨湯 Kohlrabi and Pork Ribs Soup | 黃豆芽肉絲湯 Bean Sprouts and Shredded Pork Soup | 椰香紫米露 Black Rice Soup with Coconut Milk | 紫菜蛋花湯 Kelp Sprouts and Egg Drop Soup |
| | 水果 | 苦瓜 雞排丁 鹹鳳梨 水果 Fruit | 結頭菜 龍骨丁 水果 Fruit | 黃豆芽 豬肉絲 水果 Fruit | 紫米 西谷米 椰奶 水果 Fruit | 紫菜 雞蛋 水果 Fruit |
| | 熱量 | 820 | 850 | 800 | 830 | 810 |
| | 麵食 | 海鮮鍋燒麵套餐 | 蒜頭香蒜麵套餐 | 油蔥鴨肉麵套餐 | 排骨酥麵套餐 | 川味牛肉冬粉套餐 |
| 主餐 | 鍋燒意麵 Hot Pot Noodles | 白麵 Noodles | 鴨肉丁 Diced Duck Meat | 陽春麵 Plain Noodles | 冬粉 Mung Bean Noodles | |
| 主菜 | ☆★蝦子*2+巴沙魚片*1 Shrimps+Basa Fish Fillet | 雞骨腿 Chicken Legs | 鴨肉丸*3 Duck Meat Balls | ◎豬肉角+豬軟骨丁 Pork | ●川味牛肉 Sichuan Beef | |
| 副菜 | 板豆腐*3+魚板*1+香菇*1 Tofu + Fish Cake + Mushroom | 枸杞+大蒜仁 Goi+ Garlic | 五香滷味 Braised Dishes | 冬瓜+芹菜+香菜 White Gourd+Celery+Coriander | 紅蘿蔔+白蘿蔔+青蔥 Carrot+Radish | |
| 小菜 | 涼拌海帶芽 Kelp Sprouts Salad | ◎△酥炸甜不辣 Deep-fried Tempura | 大溪黑豆干*3海帶串 | ☆豆干小魚 Dried Tofu and Anchovies | 涼拌小黃瓜 Cucumber Salad | |
| 青菜 | 海帶芽 洋葱 芝麻 履歷青菜 Fresh Vegetable | 甜不辣條*5 香菇+高麗菜 Mushroom+Cabbage | 韭菜+豆芽菜 Chinese Chives+Bean Sprouts | 履歷青菜 Fresh Vegetable | 履歷青菜 Fresh Vegetable | |
| 湯品 | 海鮮湯底 Seafood Soup | 雞高湯 Chicken Soup | 鴨肉清湯 Duck Soup | 大骨湯底 Bone Broth | 川味牛肉湯底 Sichuan Beef Soup | |
| 水果 | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | |
| 熱量 | 720大卡 | 845大卡 | 780大卡 | 900大卡 | 820大卡 | |
| 晚餐 Dinner | 套餐 | 蜜汁雞腿套餐 | 白菜炒豬肉套餐 | 韓式炸雞套餐 | 南洋咖哩豬套餐 | 塔香三杯雞套餐 |
| | 主餐 | 五穀飯 Grain rice | 小米飯 Millet Rice | 白飯 Rice | 糙米飯 Brown Rice | 白飯 Rice |
| | 主菜 | 蜜汁烤雞腿 Roasted Chicken Thigh with Honey Sauce | 白菜炒豬肉 Stir-fried Cabbage and Pork | ◎醃炸雞 Deep-fried Diced Chicken | 南洋咖哩燉豬 Curry Stewed Pork | 塔香三杯雞 3-Cup Chicken with Basil |
| | 副主菜 | 梅腿 芝麻 Stir-fried Pork Tenderloin and | 豬肉片 大白菜 年糕 洋葱 ☆什錦炒魷魚 Stir-fried Squid with Assorted | 雞胸丁 馬鈴薯 蝦排骨 Pork Ribs and Potato Stew | 豬肉角 南瓜 紅蘿蔔 洋葱 椰奶 彩蔬炒雞 Stir-fried Chicken and Vegetables | 雞胸丁 蒜 九層塔 鮮菇肉片 Pork Slices with Mushrooms |
| | 副菜1 | 豬肉柳 芥藍菜 紅辣椒 薑 香油豆腐+海帶串 Braised Tofu + Kelp | 魷魚翅 小黃瓜 秀珍菇 辣椒 芹菜 紅燒豆干 Braised Dried Tofu | 豬肉角 豬軟骨丁 馬鈴薯 紅蘿蔔 韓式醬炒甜不辣 Korean Stir-fried Tempura | 雞胸丁 豆薯 彩椒 肉末蒸蛋 Steamed Eggs with Mincd Pork | 豬肉片 杏鮑菇 秀珍菇 紅蘿蔔 紅燒茄子 Braised Eggplant |
| | 副菜2 | 三角油豆腐*2 海帶串 履歷青菜 Fresh Vegetable | 四分乾 香菇 紅蘿蔔 蔥 履歷青菜 Fresh Vegetable | 大白菜 素甜不辣 洋葱 蔥花 芝麻拌蔬菜 Vegetables with Sesame | 雞蛋 豬絞肉 履歷青菜 Fresh Vegetable | 茄子 紅辣椒 履歷青菜 Fresh Vegetable |
| | 水果 | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit |
| | 湯品 | 蘿蔔燉雞湯 Chicken Soup with Radish | 珍珠奶茶 Bubble Milk Tea | 韓式海帶芽湯 Korean Kelp Sprouts Soup | 芹香銀絲湯 Wonton Soup with Celery | 青菜豆腐湯 Vegetables and Tofu Soup |
| | 熱量 | 810 | 830 | 845.5 | 780 | 840 |

△表加工品 Processed Food
◎表油炸物 Deep-fried Food
☆表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●表牛乳製品
本校食材一律使用國產豬、未使用輻射污染食品