

日期 Date	6/26	6/27	6/28	6/29	6/30
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
早餐 Break-fast	中式	叉燒包 Pork Bun	湯包(30G) Pork Bun	肉燥飯 Braised Pork Rice	★高麗菜蛤蜊粥 Cabbage and Clam Congee
	副食1	叉燒包(60G)	小湯包*3	白米 豬絞肉 豆乾丁 紅蔥頭	白米 高麗菜 芹菜 蛤蜊清肉
	副食2	★△鮮蝦腸粉 Shrimp Roll	口水雞肉柳 Sichuan Chicken Loin	五香滷肉 Braised Pork	蔥爆豬肉 Stir-fried Shredded Pork
	副食3	蟹味燒賣 翡翠燒賣	雞蛋 金針菇 Scrambled Egg with Enoki Mushrooms	滷蛋 Braised Egg	玉米炒蛋 Scrambled Egg with Corn
	西式	花生厚片套餐	燒肉吐司套餐	奶油餐包套餐	里肌帕尼尼套餐
	副食1	花生厚片 Toast	白吐司 Toast	奶油餐包 Butter Bun	帕尼尼 Panini
	副食2	厚片土司半片、花生醬	白吐司*2	奶油餐包	帕尼尼
	副食3	△◎檸檬雞柳條 Lemon Chicken Tenders	日式燒肉片 Yakiniku	△◎卡啦雞排 Chicken Chop	△菲力雞排 Chicken Chop
	飲品	紅茶豆漿/100%果汁 Soy Milk Tea/Peanut Rice Milk	梅子綠茶/米漿 Plum Green Tea/ Peanut Rice Milk	鮮奶/低糖豆漿 Milk/ Soy Milk	可爾必思/黑豆漿 Calpis/ Black Soy Milk
	熱量	734	720	703	720.0
午餐 Lunch	套餐	茄汁獅子頭套餐	漁汁魚塊套餐	椒鹽排骨套餐	紅燒雞腿套餐
	主餐	糙米飯 Brown Rice	白飯 Rice	五穀飯 Grain Rice	白飯 Rice
	主菜	茄汁獅子頭 Meat Balls with Tomato	☆漁汁魚塊 Fish Fillet with Sauce	◎椒鹽排骨酥 Deep-fried Pork Ribs	紅燒雞腿排 Braised Chicken
	副主菜	獅子頭*3 蕃茄 洋蔥	鮑魚 芝麻	豬肉片 九層塔 蒜粒	雞腿排 青蔥段
	副菜1	塔香茄子 Stir-fried Eggplant and Basil	香菇 高麗菜 Stir-fried Cabbage and Mushrooms	枸杞 胡瓜 Stir-fried Cucumber with Goji	翡翠蛋羹 Steamed Egg with Spinach
	副菜2	蘿蔔燒雞 Braised Chicken and Radish	◎柚香蜜汁咕咾肉 Sweet and Sour Pork Dices with Yuzu	奶油燻雞丁 Chicken Butter Stew	☆★砂鍋魚丁 Braised Fish Dices
	湯品	雞胸丁 白蘿蔔 香菇 蔥花	豬肉片 鳳梨 紅椒 洋蔥 白芝麻	雞胸丁 馬鈴薯 紅蘿蔔 毛豆	水菜魚丁 大白菜 黑木耳 沙茶醬
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	725	714	711	724
	麵食	香蒜海鮮麵套餐	麻油雞麵套餐	越南河粉套餐	排骨麵套餐
	主餐	白麵 Noodles	白麵線 Thin Noodles	飯條 Rice Noodles	陽春麵 Plain noodles
	主菜	★鮮蝦(20G)*2 Shrimp+Squid	麻油雞腿 Sesame Oil Chicken Drumstick	越式豬肉片 Pork slices	◎豬肉+豬軟骨丁 Pork
	副菜	巴沙魚片(50g)+蝦味棒 Fish+ Fish Cake	枸杞+鮮香菇+蔥段 Goji+Mushroom+Scallion	洋蔥+貢丸 Onions+Meat Balls	白蘿蔔+芹菜+香菜 Radish+Celery+Coriander
	小菜	薄鹽毛豆筍 Salted Edamame	涼拌雲耳 Black Fungus Salad	◎春捲 Spring rolls	☆豆干小魚 Dried Tofu and Anchovies
	青菜	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	豆芽菜+九層塔 Bean sprouts+Basil	履歷青菜 Fresh Vegetable
湯品	番茄海鮮湯 Tomato and Seafood Soup	麻油雞湯 Sesame Oil Chicken Broth	☆塔香湯 Taxiang Soup	大骨湯底 Bone Broth	
水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
熱量	713大卡	716大卡	780大卡	900大卡	
晚餐 Dinner	套餐	豉汁雞腿套餐	黑胡椒肉排套餐	親子丼飯套餐	辣子雞丁套餐
	主餐	胚芽飯 Germ rice	白米飯 Setaria Italica Rice	親子丼飯 Oyakodon	糙米飯 Brown Rice
	主菜	鹽焗雞腿 Chicken Drumsticks	△黑胡椒肉排 Black Pepper Pork Chop	白米 雞胸丁 雞蛋 洋蔥 芝麻	豉汁炒豬柳 Stir-fried Pork Strips
	副主菜	匈牙利蔬菜燉肉 Hungarian Pork	☆小黃瓜炒鮑魚 Stir-fried Squid and Cucumber	◎日式餃子 Gyoza	◎辣子雞丁 Spicy Chicken
	副菜1	鮮菇燴扁扁 Stir-fried Bottle Gourd and Enoki Mushroom	豆干炒三絲 Bean Dried Tofu	梅香醃蘿蔔 Radish with Plum	時蔬炒寬粉 Stir-fried Mung Bean Noodles
	副菜2	扁扁 金針菇 枸杞	豆干 洋蔥 紅蘿蔔 木耳 芹菜	白蘿蔔 梅子	寬冬粉 高麗菜 黑木耳 香菇
	水果	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable
	湯品	西式洋蔥清湯 Onion Soup	芋圓奶茶 Taro Balls Milk Tea	△和風昆布味噌湯 Japanese Seaweed Miso Soup	福菜肉片湯 Preserved Mustard and Pork Soup
	熱量	837.5	845.5	831	830

△表加工品 Processed Food
◎表油炸物 Fried Food
☆表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●表牛羊肉製品
沙茶醬含帶殼海鮮及芝麻，不含花生成分
本校食材一律使用國產糖，未使用輻射污染食品