

日期 Date	3/13	3/14	3/15	3/16	3/17
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
中式	主餐	◎炸銀絲卷+煉乳 Silver Thread Roll+Condensed Milk	蘑菇醬鐵板麵 Stir-fried Noodles with Mushroom Sauce	醬燒小肉包 Pork Stuffed Bun	鍋貼 Pan-fried Dumplings
	副食1	銀絲卷(70G)煉乳	黃油麵 豬絞肉 蘑菇 洋蔥	醬燒小肉包(30G)*2	鍋貼*6
	副食2	香菇肉排 Garlic Pork Chop	△天使腿排 Chicken Chop	照燒翅小腿 Teriyaki Drumette	爆炒肉片 Stir-fried Pork with BeiKing Sauce
	副食3	鮮肉珍珠丸*2 Meat Ball	天使腿排 Pan-fried Egg	翅小翅*2	豬肉片 小黃瓜 紅椒絲
	副食4	鮮肉珍珠丸	雞蛋	蘑菇炒蛋 Scrambled Eggs with Mushrooms	玉米起司炒蛋 Scrambled Egg with Cheese and Corn
	副食5	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	雞蛋 玉米起司
	主餐	牛奶餐包套餐	豬排吐司套餐	薑汁燒肉米漢堡套餐	鱈魚乳酪餅套餐
	主餐	牛奶餐包 Milk Bread	全麥吐司 Whole Wheat Toast	米漢堡 Rice Burger	乳酪餅 Cheese Pie
	副食1	BBQ烤雞排 BBQ Chicken Thigh	黑胡椒豬排+起司 Pepper Pork Chop+ Cheese	薑汁豬肉片 Ginger Pork Slices	鱈魚醬 Tuna Paste
	副食2	雞腿排	里肌肉排 起司片	豬肉片 洋蔥 紅蘿蔔 薑	鱈魚 洋蔥 馬鈴薯 美乃滋
	副食3	洋芋蛋沙拉 Potato Egg Salad	△◎炸薯條 Fries	蘑菇炒蛋 Scrambled Eggs with Mushrooms	玉米起司炒蛋 Scrambled Egg with Cheese and Corn
	副食4	雞蛋 馬鈴薯 玉米 美乃滋	薯條	履歷雞蛋	雞蛋 玉米 起司
	副食5	溫沙拉 Salade Tiede	苜蓿芽+小黃瓜 Alfalfa+Cucumber	和風水果沙拉 Fruit Salad	履歷青菜 Fresh Vegetable
	飲品	100%果汁/豆漿紅茶 100% juice/ Soy Milk Tea	蜂蜜綠茶/黑芝麻牛乳 Honey Green Tea/ Sesame Milk	低糖豆漿/桂圓紅棗茶 Soy Milk/ Dates and Lungan Tea	熱可可/蔥仁漿 Hot Cocoa/ Job's Tears Milk
	熱量	750	711.0	692	707.0
西式	套餐	紅燒豬腳套餐	酥炸烏魚套餐	鐵路肉排套餐	新疆大盤雞套餐
	主餐	糙米飯 Brown Rice	白飯 Rice	五穀飯 Grain Rice	白飯 Rice
	主菜	紅燒豬腳 Braised Pork Knuckles	◎酥炸烏魚片 Deep-fried Fish Fillet	鐵板肉柳 Fried Pork Loin	新疆大盤雞 Xinjiang Chicken
	副主菜	豬腳丁 豬肉角	烏魚片	豬肉柳 豆芽 洋蔥	雞胸丁 馬鈴薯 彩椒 洋蔥 乾辣椒
	副菜1	綠炒雙花 Stir-fried Cauliflower, Broccoli and Goji	茄汁豆腐 Braised Tofu with Tomato Sauce	塔香茄子 Stir-fried Eggplant and Basil	鴨腿上樹 Stir-fried Mung Bean Noodles
	副菜2	白花椰 綠花椰 蒜頭	板豆腐 香菇	茄子 九層塔	冬粉 豬絞肉 紅蘿蔔 蔥花 黑木耳 芹菜
	湯品	紫菜蛋花湯 Kelp Sprouts and Egg Drop Soup	黃金草鮮菇雞湯 Chinese Mushrooms Soup	枸杞山藥湯 Goji Yam Soup	紅豆湯圓 Red Beans and Rice Balls Soup
	水果	紫菜 雞蛋	金針菇 杏鮑菇 雞排丁 蕪荳花	山藥 雞排丁 洋蔥 仁 枸杞	紅豆 紅白湯圓
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	7254	714	711	724
	麵食	南洋冬陰功海鮮麵套餐	剝皮辣椒雞麵套餐	鮑魚麵套餐	味噌叉燒拉麵
	主餐	台式拉麵 Noodles	陽春麵 Noodles	白油麵 Noodles	拉麵 Ramen
	主菜	☆★蝦子*2+花枝圓*2 Shrimp+Cuttlefish	雞骨腿 Chicken Leg	豬肉片 Pork Slices	梅花豬 Pork Chop
	副菜	△黃金魚蛋*2+番茄+香菜 Fish Ball + Tomato + Coriander	△剝皮辣椒+白蘿蔔 Fermented Chili + Radish	餛飩*5 Wonton*5	玉米+蔥花+海苔片 Corn Kernel+ Scallion+Seaweed
	小菜	涼拌結莖菜 Kohlrabi Salad	芝麻四季豆 Sesame Green Beans	青蔥炒煙燻豬頭皮 Stir-fried Pork Slices	和風洋蔥絲 Japanese Onion Salad
青菜	草菇+洋蔥+高麗菜 Mushroom+Onion+Cabbage	履歷青江菜 Fresh Vegetables	豆芽菜+韭菜 Bean Sprouts+Chives	海帶芽+筍片 Kelp Sprouts+ Bamboo	
湯品	南洋冬陰功海鮮湯 Thai Seafood Soup	剝皮辣椒雞湯底 Fermented Chili Soup	大骨高湯 Bone Soup	味噌湯 Miso Soup	
水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
熱量	713	716	725	780	
套餐	椒鹽雞排套餐	日式燒肉套餐	韓式炸雞套餐	煙燻豬排套餐	
主餐	胚芽飯 Germ rice	小米飯 Setaria Italica Rice	白飯 Rice	糙米飯 Brown Rice	
主菜	◎椒鹽雞排 Deep-fried Chicken Thigh	☆日式燒肉片 Yakiniku	◎洋釀炸雞丁 Korean Fried Chicken	煙燻豬排 Pork Chop with Smoked Sauce	
副主菜	雞腿排	豬肉片 洋蔥	雞胸丁	里肌肉排	
副菜1	鹹蛋蒸肉餅 Steamed Pork Pie	☆紅燒魚丁 Fish Dices and Vegetable in Cream Sauce	馬鈴薯椒排骨 Pork Ribs and Potato Stew	宮保雞丁 Kong Pao Chicken	
副菜2	豬絞肉 冬瓜 鹹蛋	水蜜桃 魚丁 白蘿蔔 青蔥	豬肉絞糖軟丁 馬鈴薯	雞胸丁 赤血丁 花生 蔥 蒜	
湯品	☆芹香魚丸湯 Fish Ball Soup	綠豆薏仁湯 Mung Bean and Pearl Barley Soup	韓式海帶芽湯 Korean Kelp Sprouts Soup	蒜味杏鮑菇燻雞湯 Chicken and King Oyster Mushroom Soup	
水果	小風目魚丸 小白菜 芹菜	綠豆 洋蔥 仁	海帶芽 豬肉片 香油	雞排丁 杏鮑菇	
熱量	845.5	845.5	845.5	819	

△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豬，未使用輻射污染食品