

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	11/13	11/14	11/15	11/16	11/17	
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	
早餐 Break-fast	主餐	玉米豬肉粥 Corn and Pork Congee	巧克力雙色饅頭 Steamed Chocolate Bun	香蔥拌麵 Noodles with Scallion with Vegetables	南瓜肉末粥 Pumpkin Congee with Minced Pork	
	中式 副食1	白米豬絞肉 玉米 紅蘿蔔 芹菜 沙茶炒豬柳(含芝麻) Stir-fried Pork Tenderloin with Shacha (contain Sesame)	巧克力雙色饅頭 ◎△日式豬排 Japanese Pork Chop	白油麵 豆芽菜 紅蘿蔔 蔥花	白米南瓜 豬絞肉 芹菜 奶油洋蔥炒雞柳 Stir-fried Chicken Fillet with Butter and Onion	
	副食2	豬肉柳 高麗菜 洋蔥 青蔥 豆薯炒蛋 Scrambled Eggs with Yam Bean	日式豬排 荷包蛋 Sunny-side-up	雞肉絲 滷蛋 Braised Egg	雞肉柳 豆薯 洋蔥 紅蘿蔔 九層塔烘蛋 Basil Frittata	
	副食3	雞蛋 豆薯 履歷青菜 Fresh Vegetable	雞蛋 履歷青菜 Fresh Vegetable	雞蛋 履歷青菜 Fresh Vegetable	雞蛋 九層塔 履歷青菜 Fresh Vegetable	
	熱量	480	500	520	550	
	西式 主餐	BBQ雞排堡套餐	葡萄乾小餐包套餐	肉排可頌套餐	薑燒豬肉帕尼尼	
	西式 副食1	漢堡 Burger 漢堡(芝麻) △◎BBQ雞排 BBQ Chicken Chop	葡萄乾小餐包 Raisin Bun 葡萄乾餐包 咖哩奶油雞 Curry Chicken with Butter	可頌 Croissant 可頌 香烤雞肉排 Roasted Pork Chop	帕尼尼 Panini 帕尼尼 薑燒豬肉 Braised Pork with Ginger	
	西式 副食2	明谷雞排 荷包蛋 Sunny-side-up	雞胸丁 馬鈴薯 番茄 洋蔥 △◎微笑薯餅 Hash Brown	里肌肉排 焗烤南瓜 Baked Pumpkin	豬肉片 洋蔥 薑 紅蘿蔔 洋芋炒蛋 Scrambled Eggs with Potato	
	西式 副食3	雞蛋 苜蓿芽、小黃瓜 Alfalfa, Cucumber	微笑薯餅X1 溫沙拉 Salade Tiede 白花菜 四季豆 紅椒	蜂蜜芥末醬沙拉 Salad with Honey and Mustard Sauce 美生菜 苜蓿芽 紫高麗菜 紅蘿蔔	美生菜、番茄片 Lettuce, Tomato Slices	
	飲品	可爾必思/鮮奶茶 Calpis/Milk Tea	豆漿紅茶/可可 Soybean Milk Tea/Chocolate	多多綠茶/桂圓紅棗茶 Green Tea Yakult/ Longan and Red Date Tea	鮮奶/蜂蜜紅茶 Milk/Honey Black Tea	
熱量	500	510	470	480		
午餐 Lunch	套餐	蒜苗鹹豬肉套餐	糖醋魚丁套餐	紅燒牛肉片套餐	黑胡椒雞腿排套餐	泡菜炒飯套餐
	主餐	糙米飯 Brown Rice	白飯 Rice	五穀飯 Grain Rice	白飯 Rice	泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice
	主菜	蒜苗鹹豬肉 鹹豬肉 豆干片 蒜苗 紅辣椒	◎☆糖醋魚丁 Sweet and Sour Diced Fish	●紅燒牛肉片 Braised Beef Slices	黑胡椒雞腿排 Chicken Thigh with Black Pepper	白米 豬肉絲 泡菜 大白菜 蔥花
	副主菜	冬瓜燒雞 Braised Chicken with White Gourd	青木瓜炒肉片 Stir-fried Green Papaya and Pork Slices	三杯雞 3-Cup Chicken	☆☆蔥爆沙茶花枝(含芝麻) Stir-fried Cuttlefish with Shacha and Scallion (contain Sesame)	◎韓式原味炸雞 Korean Fried Chicken
	副菜1	雞胸丁 冬瓜 咖哩蔬菜 Vegetables Curry	豬肉片 青木瓜 枸杞 番茄炒蛋 Tomato and Scrambled Eggs	雞胸丁+豆干+九層塔+蒜+薑 鐵板時蔬 Stir-fried Vegetables	花枝剝花 小黃瓜 辣椒 青蔥段 紅絲扁扁 Stir-fried Bottle Gourd and Shredded Carrot	雞胸丁 韓式黃豆芽 Korean Bean Sprouts
	副菜2	白花菜 杏鮑菇 紅蘿蔔 洋蔥 履歷青菜 Fresh Vegetable	雞蛋 番茄 有機青菜 Organic Vegetable	豆芽菜 木耳 韭菜 奶油 履歷青菜 Fresh Vegetable	扁扁+紅蘿蔔 有機青菜 Organic Vegetable	黃豆芽 紅蘿蔔 履歷青菜 Fresh Vegetable
	湯品	肉骨茶 Bak Kut Teh	玉米濃湯 Corn Soup	金針肉絲湯 Daylily and Shredded Pork soup	紅豆燕麥湯 Red Beans and Oat Meal Soup	胡瓜雞湯 Cucumber and Chicken Soup
	水果	龍骨丁 高麗菜 金針菇 薑片	玉米粒 雞蛋 洋蔥	豬肉絲 金針花	紅豆 燕麥粒	胡瓜 雞排丁
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	720	820	780	750	860
晚餐 Dinner	套餐	南洋隆功海鮮套餐	剝皮辣椒雞套餐	鮑魚海鮮套餐	味噌叉燒拉麵套餐	清燉牛肉麵套餐
	主餐	圓拉麵 Noodles	陽春麵 Noodles	白麵 Noodles	拉麵 Ramen	家常麵 Noodles
	主菜	☆★蝦子*2+花枝圈*2 Shrimp*2+Cuttlefish*2	雞骨腿 Chicken Legs	豬肉片 Pork Slices	梅花豬 Pork	●涮牛肉塊 Beef
	副菜	△黃金魚蛋*2+番茄+香菜 Fish Ball*2+Tomato+Coriander	△剝皮辣椒+白蘿蔔+花瓜碎 Fermented Chili+Radish+Pickled Cucumber	餛飩*5 Wonton*5	玉米+蔥花+海苔片 Corn Kernel+ Scallion+Dried Seaweed	白蘿蔔+紅蘿蔔+金針菇 Radish+Carrot+Enoki Mushroom
	小菜	涼拌海根 Kelp Sprouts Salad	涼拌素雞 Vegetarian Chicken	涼拌海帶干線 Seaweed and Shredded Dried Tofu	和風洋蔥絲 Japanese Onion Salad	涼拌黃豆芽 Bean Sprouts Salad
	青菜	海帶根 紅蘿蔔 薑絲 草菇+洋蔥+高麗菜 Mushroom+Onion+Cabbage	素雞 香菜 辣椒 履歷青菜 Fresh Vegetable	白干絲 海帶絲 辣椒 豆芽菜+韭菜 Bean Sprouts+Chinese Chives	洋蔥紫洋蔥 蔥花 芝麻 海帶芽+筍片 Kelp Sprouts+ Bamboo Shoots	黃豆芽 辣椒 履歷青菜 Fresh Vegetable
	湯品	南洋隆功海鮮湯 Seafood Tom Yum Kung	剝皮辣椒雞湯底 Fermented Chili and Chicken Soup	大骨湯 Bone Broth	味噌湯 Miso Soup	清燉牛肉湯底 Beef Broth
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	750大卡	760大卡	725大卡	732大卡	760
	套餐	義式烤雞排套餐	奶油塔塔魚排套餐	台式小吃套餐	白菜獅子頭套餐	三杯雞翅套餐
主餐	五穀飯 Grain Rice	小米飯 Millet Rice	白飯 Rice	糙米飯 Brown Rice	胚芽米飯 Germ Rice	
主菜	義式香草烤雞排 Roasted Chicken Chop with Italian	☆◎奶油塔塔魚排 Fish Steak with Tartar Sauce and Butter	古早味滷肉 Braised Pork	白菜獅子頭(30g*3) Braised Meat Ball with Chinese	三杯雞翅 3-cup Chicken Wings	
副主菜	雞腿排 茄汁炒肉醬 Stir-fried Bolognese	帶皮鮭魚排 洋蔥 美乃滋 青椒炒肉絲 Stir-fried Shredded Pork and Green Pepper	豬肉角 五花肉 白蘿蔔 香菜 紅辣椒 三寶肉茸 Minced Pork with Dried Tofu, Edamame and Carrot	獅子頭 大白菜 黑木耳 雞蛋 芋頭燒雞 Braised Chicken and Taro	雞翅 九層塔 京醬肉絲 Shredded Pork with Beijing Sauce	
副菜1	豬絞肉 玉米粒 番茄 洋蔥 焗烤奶香馬鈴薯 Baked Potatoes with Butter	豬肉絲 青蔥 蒜 香菇 白菜油 Braised Cabbage with Mushroom	雞絞肉 碎干丁 毛豆仁 紅蘿蔔 福菜 筍絲 Shredded Bamboo Shoots with Fu Chai	雞胸丁 芋頭 蔥花 辣椒 豆薯炒蛋 Scrambled Eggs with Yam Bean	豬肉絲 小黃瓜 紅辣椒 高麗菜 紅蘿蔔 Stir-fried Cabbage with Shredded Carrot	
副菜2	馬鈴薯 通心粉 起司絲 履歷青菜 Fresh Vegetable	大白菜 香菇 紅蘿蔔 雞蛋 履歷青菜 Fresh Vegetable	川燙青菜 Blanched Vegetable	雞蛋 豆薯 履歷青菜 Fresh Vegetable	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	南瓜濃湯 Pumpkin Soup	綠豆米苔目甜湯 Thick Rice Noodles Sweet Soup with Mung Beans	海芽排骨湯 Kelp Sprouts and Pork Ribs Soup	蘿蔔胡椒排骨湯 Radish and Pork Ribs Soup	胡瓜九月湯 Cucumber with Meat Balls Soup	
熱量	810	840	824	850	850	

△未加工品 Processed Food
◎未油炸物 Deep-fried Food
☆在魚類 Fish
★未帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●煮牛羊肉品
本校食材一律使用國產豬、未使用輻射污染食品