

康橋國際學校林口校區 美食街113年1月菜單
Restaurant Menu, January, 2024

		日期Date	2024/1/15	2024/1/16	2024/1/17	2024/1/18	2024/1/19	
		星期Day	週一	週二	週三	週四	週五	
午餐 Lunch	輕食套餐	主食	味噌烤雞腿五穀飯 Grain Rice with Miso Roasted Chicken Drumsticks	香草豬肉青醬蝴蝶麵Pesto Farfalle with Pork and Herb	墨西哥香辣豬肉可頌搭鮭魚通心粉 Mexican Spicy Pork Croissant with Tuna Macaroni	韓式牛肉泡菜拌細烏龍麵 Korean Kimchi and Beef with Thin Udon	墨西哥口袋餅套餐 Mexican Pita Meal	
		飲料	奶香蔬菜焗煮湯 Creamy Vegetable Stew Soup	義式蕃茄蔬菜湯 Italian Tomato and Vegetable Soup	奶油野菇湯 Cream Mushroom Soup	濟州小魚清湯 Jeju Anchovies Soup	巧達濃湯 Chowder Soup	
		水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	
		熱量	755	754	864	755	682	
		全穀根莖類(份)	4	4.4	4	3.2	3.2	
		豆魚肉蛋類(份)	4.5	3.7	3.6	4.1	3.7	
		蔬菜類(份)	1.5	1.5	0.35	1.4	1.8	
		油脂及堅果種子類(份)	1	1.1	1	1	1	
		水果(份)	1	1	1	1	1	
		奶類(份)						
	套餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐		
	晚餐	輕食套餐	主食	夏威夷海鮮拖鞋披薩 Pizza with Hawaiian Seafood	越式雞排漢堡 Vietnamese Chicken Chop Burger	照燒豬肉起士堡 Cheese Burger with Teriyaki Pork	黑胡椒雞肉帕瑪森堡 Parmesan Burger with Black Pepper Chicken	咖哩豬肉地瓜吐司 Sweet Potato Toast with Curry and Pork
			飲料	鮮豆漿 Soy Milk	原味優酪乳 Buttermilk	糙米漿 Brown Rice Milk	黑豆漿 Black Soy Milk	柳橙汁 Orange Juice
			水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit
			熱量	795	827	744	766	730
			全穀根莖類(份)	4.1	4.1	4.9	4.2	4.3
			豆魚肉蛋類(份)	4.1	4.5	3.7	4.7	3.7
			蔬菜類(份)	0.42	0.55	0.6	0.5	0.6
			油脂及堅果種子類(份)	1				
水果(份)			1.2	1	1	1	1	
奶類(份)			0.6	0.5				
晚餐	輕食套餐	主食	泰式酸辣牛肉飯 Thai hot and Sour Beef with Rice	香檸雞柳搭潛艇堡 Lemon Chicken Fillet Sub	紅咖哩椰奶豬肉長米飯 Long Grain Rice with Coconut Milk Red Curry and Pork	蒜香海鮮奶油焗飯 Cream Risotto with Garlic and Seafood		
		飲料	薏仁糙米漿 Brown Rice Milk with Job's Tears	黑豆漿 Black Soy Milk	蘋果汁 Apple Juice	草莓優酪乳 Strawberry Buttermilk		
		水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit		
		熱量	851	847	758	792		
		全穀根莖類(份)	6	4.7	4	4.2		
		豆魚肉蛋類(份)	3.5	5.2	4.1	0.33		
		蔬菜類(份)	1.9	0.6	1.5	1.55		
		油脂及堅果種子類(份)	1	1	1	2		
		水果(份)	1	1	2.5	1		
		奶類(份)				0.5		