

日期 Date	4/1	4/2	4/3	4/4	4/5
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
早餐 Break-fast	中式	主餐 米漢堡 Rice Burger	刈包 Gua Bao		
	副食1	米漢堡	刈包 花生粉 香菜		
	副食2	醬汁燒肉 Ginger Pork	京醬肉排 Pork Chop with Sweet Bean Sauce		
	副食3	豬肉片 洋蔥 薑	里肌肉排		
	副食4	菜脯炒蛋 Scrambled Eggs with Preserved Radish	荷包蛋 Sunny-side-up		
	副食5	雞蛋 菜脯	雞蛋		
	副食6	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable		
	熱量	650	530		
	套餐	沙威瑪堡套餐	起司肉丸麵包套餐		
	西式	主餐 大亨堡 Big Bite	起司麵包 Cheese Bread		
副食1	大亨堡	起司麵包			
副食2	沙威瑪風味炒肉 Shawarma	△茄汁雞肉丸X3			
副食3	雞肉絲 洋蔥 青蔥	雞肉丸 番茄 洋蔥 義式香料			
副食4	焗烤番薯 Baked Sweet Potato	金針菇炒蛋 Scrambled Eggs with Enoki Mushrooms			
副食5	地瓜 起司絲	雞蛋 金針菇 枸杞			
副食6	美生菜、小黃瓜 Lettuce, Cucumber	美生菜+豌豆苗 Lettuce+ Pea Seedling			
副食7	美生菜 小黃瓜	美生菜 豌豆苗			
熱量	585	560			
飲品	鮮奶茶/古早味冬瓜茶 Milk Tea/White Gourd Tea	燕糖麥茶/米漿	Sugar Free Barley Tea/Peanut and Rice Milk		
午餐 Lunch	套餐	薑燒里肌套餐	避風塘魚丁套餐	兒童簡套餐	
	主餐	糙米飯 Brown Rice	白飯 Rice	義式番茄義大利麵 Spaghetti with Tomato Sauce	
	主菜1	薑燒里肌豬排 Ginger Pork Chop	☆◎避風塘魚丁 Deep-fried Fish Dices		
	主菜2	里肌肉排 洋蔥 薑 三杯雞 3-Cup Chicken	烏魚丁 蒜酥 豆酥 回鍋肉片 Twice-Cooked Pork Slices	義大利直麵 番茄 豬絞肉 洋蔥 巴西里 ◎康橋香雞排 Deep-fried Chicken Chop	
	副菜1	雞胸丁 杏鮑菇 九層塔 茄汁鮮菇豆腐 Braised Tofu and Mushrooms with Tomato Sauce	豬肉片 高麗菜 紅椒 木須白菜 Stir-fried Chinese Cabbage with Black Fungus	香雞排 焗烤奶油玉米 Baked Butter Corn Kernel	
	副菜2	板豆腐 番茄 金針菇	大白菜 黑木耳 香菇 紅蘿蔔 青蔥	玉米粒 馬鈴薯 起司絲 蘑菇雙花 Broccoli and Cauliflower with Mushrooms	
	湯品	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	有機蔬菜 Organic Vegetable	紅豆牛乳 Red Bean Milk	
	水果	☆吻仔魚紫菜羹 Whitebait and Seaweed Soup	養生雞湯 Healthy Chicken Soup	紅豆 奶粉 紅豆 奶粉	
	熱量	750	880	800	
	麵食	番茄海鮮麵套餐	蘿蔔玉米雞湯麵套餐	豬肉拉麵套餐	
	主餐	白麵 Noodles	陽春麵 Plain noodles	拉麵 Ramen	
	主菜	★鮮蝦(20G)*2 Shrimp	五香滷雞腿 Braised Chicken Drumstick	豬肉片 Pork Slices	
	副菜	巴沙魚片(50g)+蜆味棒 Basa Fish Fillet+ Crab Sticks	白蘿蔔+玉米 Radish+Corn	洋蔥 Onion	
	小菜	紅油抄手 Wonton in Red Oil	◎五味香酥豆腐 Spicy Deep-fried Tofu	涼拌小黃瓜 Cucumber Salad	
	青菜	餛飩*3 辣椒油	板豆腐 香菜 薑	小黃瓜 辣椒	
湯品	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable		
水果	番茄海鮮湯 Tomato and Seafood Soup	雞高湯 Chicken Broth	大骨湯底 Pork Bone Soup		
熱量	713	845	732		
晚餐 Dinner	套餐	茄汁腿排套餐	爆炒鹹豬肉套餐		
	主餐	小米飯 Millet Rice	五穀飯 Grain Rice		
	主菜1	茄汁腿排 Tomato Chicken Chop	爆炒鹹豬肉 Stir-fried Salty Pork		
	主菜2	雞腿排	鹹豬肉 豬肉片 洋蔥 紅辣椒		
	副菜1	胡瓜炒肉片 Stir-fried Pork Slices and Cucumber	☆鮮蔬炒魷魚 Stir-fried Squid and Vegetables		
	副菜2	豬肉片 大黃瓜 紅蘿蔔	魷魚 小黃瓜 彩椒		
	湯品	樹子油細腐 Braised Oily Tofu with Cordia Seeds	紅燒豆腐 Braised Tofu		
	水果	四角油細腐 樹子	板豆腐 木耳 紅蘿蔔 青蔥		
	湯品	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable		
	熱量	820	800		

△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