

康橋國際學校林口校區 112年7月小學部菜單

Lunch and Snack Menu, July 2023

日期Date	午餐 Lunch Menu's Detail						下午點心 Afternoon Snack	
7/17 (一)	糙米飯 Brown Rice	照燒豬柳 Teriyaki Pork Tenderloin	味噌燒雞 Stir-fried Chicken with Miso	★開陽白菜 Stir-fried Chinese Cabbage	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	青木瓜雞湯 Green Papaya and Chicken Soup	蜂蜜蛋糕(60G)X1 Honey Cake
	糙米、白米	豬柳柳洋蔥	雞胸丁白蘿蔔青蔥	大白菜黑木耳蝦米			青木瓜雞排丁	麵、蛋、奶
7/18 (二)	白飯 Rice	◎☆酥炸烏魚片 Deep-fried Fish Fillet	蒜泥白肉 Pork Slices with Garlic Sauce	麻油高麗菜 Stir-fried Cabbage with Sesame Oil	有機青菜 Organic Vegetable	水果 Fruit	蔬菜肉絲湯 Vegetables and Shredded Pork Soup	奶皇包X1 Sweet Custard Bun
	白米	烏魚片	豬肉片小黃瓜青蔥蒜頭	高麗菜香菇薑片枸杞			小白菜豬肉絲	麵、奶、蛋
7/19 (三)	特餐	刈包(60G) Gua Bao	梅乾菜炒豬柳 Stir-fried Pork Tenderloin with Preserved Vegetables	◎△檸檬雞柳條*2 Lemon Chicken Fillet*2	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	苜荬雞蓉粥 Chinese Spinach and Minced Chicken Congee	香菇燒賣X3 Mushroom Shu Mai*3
		刈包	豬柳梅乾菜香菜	雞柳條			白米雞紋肉香菇苜荬菜	(30G) 麵
7/20 (四)	白飯 Rice	奶香雞丁 Chicken Dices with Cream Sauce	☆客家小炒 Hakka Stir-fry	鮮菇扁蒲 Stir-fried Bottle Gourd with Mushrooms	有機青菜 Organic Vegetable	水果 Fruit	銀耳薏仁湯 White Fungus and Job's Tears Soup	◎☆蘿蔔絲卷 Shredded Radish Roll
	白米	雞胸丁馬鈴薯紅蘿蔔毛豆玉米	魷魚翅豬肉片芹菜青蔥	扁蒲秀珍菇			銀耳薏仁枸杞紅棗桂圓	麵、海鮮
7/21 (五)	特餐	什錦肉絲炒米苔目 Stir-fried Thick Rice Noodles with Vegetables and Shredded Pork	◎酥炸腿排 Deep-fried Chicken Thigh	胡瓜增珍菇 Stir-fried Cucumber and Mushrooms	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	芹香蘿蔔湯 Celery and Radish Soup	奶油玉米段(3CM)X2 Corn with Butter
		米苔目豬肉絲豆芽菜香菇韭菜	雞腿排	胡瓜秀珍菇枸杞			白蘿蔔龍骨丁芹菜	奶
7/24 (一)	糙米飯 Brown Rice	南洋咖哩豬 Curry Pork	冬瓜燒雞 Braised Chicken and White Gourd	番茄炒蛋 Scrambled Eggs with Tomato	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	大滷湯 Assorted Vegetables Thick Soup	奶酥麵包(60G) Milky Filling Bread
	糙米、白米	豬肉角馬鈴薯紅蘿蔔洋蔥	雞胸丁冬瓜蔥花	番茄雞蛋			板豆腐筍絲金針菇黑木耳	麵、蛋、奶
7/25 (二)	白飯 Rice	◎☆椒鹽水鯊魚片 Salt and Pepper Fish Fillet	桂竹筍炒肉絲 Stir-fried Bamboo Shoots and Sgredded Pork	大黃瓜炒金針菇 Stir-fried Cucumber and Enoki Mushrooms	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	薑絲冬瓜湯 White Gourd and Shredded Ginger Soup	芋泥包(60G) Mashed Taro Bun
	白米	水鯊魚片	豬肉絲桂竹筍紅蘿蔔	大黃瓜金針菇			冬瓜薑絲	麵、大豆
7/26 (三)	特餐	南瓜雞肉燉飯 Pumpkin Risotto with Minced Chicken	◎蒜香肉排 Pork Chop with Garlic	鮮菇炒雙花 Stir-fried Cauliflower and Broccoli	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	馬鈴薯濃湯 Potato Soup	玉米可樂餅(30G)X1+蘋果汁 Corn Croquette+Apple Juice
		白米雞紋肉南瓜洋蔥蘑菇紅蘿蔔	里肌肉排	白花椰綠花椰香菇			馬鈴薯玉米粒巴西里切粉	麵、奶
7/27 (四)	白飯 Rice	豆瓣燒雞 Braised Chicken with Fermented Soybean Sauce	◎☆△酥炸虱目魚條X2 Deep-fried Milkfish Fillet	海芽蒸蛋 Steamed eggs and Kelp Sprouts	有機青菜 Organic Vegetable	水果 Fruit	綠豆粉條湯 Sweet Mung Beans and Noodle Jelly Soup	糯米珍珠丸X3 Sticky Rice Meat Ball
	白米	雞胸丁白蘿蔔洋蔥紅椒	虱目魚條	蛋海帶芽			綠豆粉條	30g/顆 麵
7/28 (五)	特餐	台南乾麵 Noodles with Minced Pork	蔥油腿排 Braised Chicken Thigh	茄汁鮮菇燴豆腐 Braised Tofu and Mushrooms with Tomato Sauce	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	金針排骨湯 Daily Lily and Pork Ribs Soup	豬肉餡餅(60G)X1 Pork Pie
		白麵 豬紋肉豆芽菜韭菜	雞腿排	板豆腐番茄金針菇			金針花龍骨丁	麵
7/31 (一)	糙米飯 Brown rice	紅燒豬腳 Braised Pork Knuckles	蠔油鮮菇燴雞丁 Stir-fried Diced Chicken with Oyster Sauce and Mushrooms	鮮蔬炒寬冬粉 Stir-fried Mung Bean Noodles with Vegetables	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	紫菜蛋花湯 Seaweed and Egg Drop Soup	香菇厚片土司(60G) Garlic Toast
	糙米、白米	豬腳丁豬肉角蔥花	雞胸丁白蘿蔔香菇紅蘿蔔	高麗菜+寬冬粉+木耳+蔥花			雞蛋紫菜	麵、蛋、奶

◎表油炸物 Deep-fried Food

☆表魚類 Fish

★表帶殼海鮮 Shrimp or Shelled Seafood

△表加工品 Processed Product

●表牛羊製品

沙茶醬使用含芝麻的全素沙茶醬，不含花生成分

食材一律使用國產豬

本校未使用輻射污染食品

菜單開立：邱筱涵(新北食品股份有限公司營養師)