

康橋國際學校林口校區素食補餐 113年2月份菜單
KCIS Lunch and Snack Menu for Vegetarians, February 2024

日期 Date	午餐 Lunch Menu's Detail							下午點心 Afternoon Snack
2/1 (四)	寒假愉快							
2/2 (五)								
2/5 (一)								
2/6 (二)								
2/7 (三)								
2/8 (四)	春節假期愉快							
2/9 (五)								
2/12 (一)								
2/13 (二)								
2/14 (三)								
2/15 (四)								
2/16 (五) 開學								特餐 白醬奶油螺旋麵 Creamy Alfredo Fusilli
2/17 (六)	特餐 螺螄麵+蘑菇+玉米+香菇+毛豆+紅椒	雞蛋 地瓜 起司	板豆腐X5 義式香料	青花菜 白花菜 杏鮑菇 腐竹	履歷青菜	水果 番茄+高麗菜+西洋芹	大豆、堅果	
2/19 (一)	白飯 薑燒百展雞 Braised Vegetarian Chicken with Ginger	芹香豆包 Braised Bean Curd with Celery	鮮菇燴芥菜 Stir-fried Mustard with Mushrooms	荷塘小炒 Stir-fried Vegetables	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 椰香紫米露 Black Rice Soup with Coconut Milk	水煮玉米段(3CM)X3 Blanched Corn	
2/20 (二)	米 百展雞 薑	豆包塊X4 芹菜	芥菜+香菇	豆腐 蓮藕片 甜豆 芥菜 紅蘿蔔	履歷青菜	水果 紫米+西谷米+椰奶	素	
2/21 (三)	糙米飯 BBQ素茶燻 BBQ Bean Curd	彩蔬炒蛋 Scrambled Eggs with Vegetables	塔香素肚 Bean Curd with Basil	筒孔空心菜 Stir-fried Water Spinach with Fermented Bean Curd	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 山藥蔥仁湯 Kelp and Radish Soup	季節水果 Fruit	
2/22 (四)	米+糙米	素茶燻	雞蛋+地瓜+薑蔥椒	素雞+九層塔+甜豆	空心菜+豆腐+紅蘿蔔	履歷青菜	白蘿蔔+海帶絲	
2/23 (五)	白飯 菜花十丁 Stir-fried Preserved Cabbage and Dried Tofu	茄肉油豆腐 Eggplant and Only Tofu Stew	綜合滷味 Braised Dishes	珍菇結頭菜 Stir-fried Turnip with Mushroom	有機青菜 Organic Vegetable	水果 山藥蔥仁湯 Yam and Job's Tears Soup	義式烤南瓜(60G) Roasted Pumpkin	
2/24 (六)	米	豆干丁+雪菜	三角油豆腐X2 蒜子 九層塔	蘭花乾+海帶結+葫蘆小捲+生香菇	結頭菜+秀珍菇+枸杞	有機青菜	白山藥+洋蔥仁+枸杞	
2/25 (日)	五穀飯 醬炒豆干絲 Stir-fried Dried Tofu Strips	小黃瓜炒蛋 Scrambled Eggs with Cucumber	糖醋素雞 Sweet and Sour Vegetarian Chicken	鮮菇炒寬冬粉 Stir-fried Mung Bean Noodles with Vegetables	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 鮮菇玉米湯 Mushroom and Corn Soup	樹子油飯豆腐(50G) Braised Tofu	
2/26 (一)	米+五穀米	豆干絲 素肉絲 紅蘿蔔	雞蛋+小黃瓜	素雞+豌豆+素肉+紅甜椒	高麗菜+寬冬粉+木耳	履歷青菜	金針菇+玉米粒+珊瑚菇	
2/27 (二)	白飯 香油千層子 Braised Bean Curd	西芹筍片炒豆干 Stir-fried Dried Tofu with Bamboo Shoots and Celery	麻油高麗菜 Stir-fried Cabbage with Sesame Oil	素炒皇帝豆 Stir-fried Lima Beans	有機青菜 Organic Vegetable	水果 芋圓燒仙草 Taro Balls and Hot Grass Jelly	鮮奶(127ml)+海苔鹽味山藥(30G) Milk+Chinese yam	
2/28 (三)	米	千層子	豆干片+竹筍片+西洋芹	高麗菜+香菇+薑片+枸杞	皇帝豆 紅蘿蔔 鴻喜菇	有機青菜	仙草汁+芋圓+地瓜圓	
2/29 (四)	特餐 古早味油飯 Glutinous Oil Rice	菜脯炒干丁 Stir-fried Dried Tofu with Preserved Radish	菜脯炒干丁 Stir-fried Dried Tofu with Preserved Radish	翠炒鮑菇 Stir-fried King Oyster Mushroom and Vegetables	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 芥菜金針菇湯 Mustard and Enoki Mushroom Soup	沖曬黑糖棧(70G)X1 Brown Sugar Steamed Bun	
2/30 (五)	特餐 白米 芋頭 香菇 青蔥 花生 枸杞	生豆包	豆乾丁 青豆 菜脯 玉米 豆豉	杏鮑菇 甜豆 紅蘿蔔	履歷青菜	芥菜+金針菇	素麵	
3/1 (六)	糙米飯 鐵板豆腐 Stir-fried Tofu	蕃茄炒蛋 Scrambled Eggs with Tomato	芹香炒豆干 Stir-fried Dried Tofu with Celery	咖哩蔬菜 Vegetables Curry	履歷青菜 Fresh Vegetable	水果 鳳梨菜湯 Long Thread Moss Thick Soup	貝比馬鈴薯X1 Potato	
3/2 (日)	米+糙米	板豆腐+豆芽菜	雞蛋+蕃茄	白豆干+芹菜+青椒+木耳	四季豆+鮑魚菇+紅蘿蔔	履歷青菜	金針菇+紅蘿蔔+蟹菜	
3/3 (一)	白飯 香油黑豆干 Black Dried Tofu	鳳梨素肉塊 Stir-fried Vegetarian Diced Meat and Pineapple	紅糖凍豆腐 Red Yeast and Firm Tofu	素蚵絲燴結頭菜 Stir-fried Turnip with Vegetarian Crab Sticks	有機青菜 Organic Vegetable	水果 枸杞冬瓜湯 White Gourd Soup with Goni	香油杏鮑菇 King Oyster Mushroom	
3/4 (二)	米	大溪黑豆干+香菜+薑	素肉塊+鳳梨+毛豆仁+彩椒	凍豆腐 紅麵	結頭菜 素蚵絲	有機青菜	冬瓜+枸杞+薑絲	
228假期愉快								
3/5 (三)	白飯 素蜜汁鱈片 Vegetarian Tiel with Honey Sauce	芹菜燴腐竹 Braised Tofu Skin and Celery	焗烤南瓜 Roasted Pumpkin	薑絲炒菜豆 Stir-fried Legumes with Shredded Tofu	有機青菜 Organic Vegetable	水果 傳統花生甜湯 Sweet Peanut Soup	烤地瓜X1 Roasted Sweet Potatoes	
3/6 (四)	米	素蜜汁鱈片	腐竹 芹菜 紅蘿蔔	南瓜 起司絲	菜豆 薑絲	有機青菜	花生 洋蔥仁	

©表油炸物 Deep-fried Food
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)

菜單審核：(康橋國際學校)