

康橋國際學校林口校區 美食街餐廳108年1月菜單
Restaurant Menu, January, 2019

	日期Date	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	
	星期Day	週一	週二	週三	週四	週五	
早餐Breakfast	主食		蔬菜炒麵 Fried noodle with vegetable	茄汁貝殼麵 Pasta with tomato sauce	蘑菇時蔬鐵板麵 Fried noodle with mushroom and vegetable	奶油義大利麵 Pasta with cream	
	副食1		鮮奶吐司(切邊) Milk toast	漢堡 Hamburger	起司蛋餅 Chinese omelet with cheese	小菠蘿麵包 Pineapple bread	
	副食2		△火腿片*2+煎蛋 Ham+egg	鐵板豬排 Pork	△烤薯餅*2 Hash brown	△德式香腸*1 Sausage	
	副食3		小黃瓜片 Cucumber	番茄+美生菜 Tomato+Lettuce		馬鈴薯烤蛋 Grilled potato with egg	
	副食4		△烤雞塊*2 Chicken nugget	蘑菇炒蛋 Fried egg with mushroom	△培根炒花椰 Cauliflower with bacon		
	飲品		紅茶牛奶/薏仁漿 Milk tea/Pearl barley	紅茶豆漿/米漿 Black tea with soy milk/peanut soy milk	可牛牛奶/豆漿 Chocolate/soy milk	牛奶(鮮奶)/果汁(素食) Milk/juice	
	熱量			523	534	555	542
午餐Lunch	中式料理套餐	套餐	中式料理A	中式料理A	中式料理A	中式料理A	
		主食	芝麻飯 Sesame rice	紫米飯 Purple rice	白飯 Rice	薏仁飯 Pearl barley rice	五穀飯 Brown rice
		主菜1	普羅旺斯香草烤雞腿 Chicken with Provençal cuisine	△◎叉燒肉 Pork	蔥爆羊肉 Lamb with green onion	彩椒鴨肉 Duck with pepper	芝麻烤烤腿 Grilled chicken with sesame
		主菜2	馬鈴薯燉肉 Stew pork with potato	咖哩雞 Chicken with curry	彩椒肉柳 Pork with pepper	芋頭燒雞 Chicken with taro	香菇燉肉 Stew pork with mushroom
		副菜	針菇小白菜 Vegetable with mushroom	芹香豆干 Dried bean with celery	白菜滷(無蝦米) Cabbage	木耳黃瓜 Cucumber with fungus	蔥燒油豆腐(雞汁) Dried bean with green onion
		副菜	有機青菜 Organic vegetable	有機青菜 Organic vegetable	有機青菜 Organic vegetable	有機青菜 Organic vegetable	有機青菜 Organic vegetable
		湯品	山藥薏仁湯 Pearl barley and yam soup	味噌豆腐湯 Miso soup with tofu	蘿蔔排骨湯 Radish with pork soup	地瓜甜湯 Sweet potato soup	冬瓜大骨湯 White gourd soup
		水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
熱量	803	806	784	756	741		
午餐Lunch	中式料理套餐	套餐	中式料理B	中式料理B	中式料理B	中式料理B	
		主食	火腿肉絲炒飯 Fried rice with ham and pork	紫米飯 Purple rice	香菇肉絲油飯(蝦米) Glutinous oil rice with mushroom and pork	薏仁飯 Pearl barley rice	薑燒牛肉燴飯 Rice with beef in ginger
		主菜1	烤肋排*2 Pork rib	☆樹子蒸鯛魚 Steamed fish	烤雞腿(棒腿) Grilled chicken	◎金沙豬柳 Pork with salted egg	照燒棒腿 Teriyaki chicken
		主菜2	豆子炒芹菜 Dried bean with celery	三杯雞 Three-Cup Chicken		☆蕃茄酒釀燒魚(巴沙魚) Fish with tomato	
		副菜		★蝦香白菜滷 Cabbage	豆干+海帶結 Dried bean+seaweed	針菇小白菜 cabbage with mushroom	★蝦仁蒸蛋 Steamed egg with prawn
		副菜	有機蔬菜 Organic vegetable	有機蔬菜 Organic vegetable	有機蔬菜 Organic vegetable	有機蔬菜 Organic vegetable	有機蔬菜 Organic vegetable
		湯品	山藥薏仁湯 Pearl barley and yam soup	味噌豆腐湯 Miso soup with tofu	蘿蔔排骨湯 Radish with pork soup	地瓜甜湯 Sweet potato soup	冬瓜大骨湯 White gourd soup
		水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
熱量	795	785	721	777	698		
午餐Lunch	異國料理套餐	異國A	德式香腸燻烤飯	香蒜海鮮義大利麵套餐	日式海陸丼飯套餐	韓式安東燻雞套餐	泡菜豬肉蓋飯套餐
		主食	燻烤茄汁燻飯 Risotto with tomato sauce	香蒜義大利麵(辣) Pasta with garlic	白飯 Rice	韓國冬粉 (洋蔥+菠菜+紅蘿蔔+馬鈴薯) Fried glass noodle in Korean style	白飯 Rice
		主餐	德式香腸 Sausage	☆蒜炒海鮮 (蛤蜊*2魚片*2花枝圓*2) Mix seafood	◎唐揚炸雞*4+☆魚片*3+茄子+地瓜+四季豆 Chicken+fish+eggplant+sweet potato+snap bean	雞肉塊*5(燻雞) Chicken	泡菜豬肉片(海苔絲) Pork with kimchi
		小菜	花椰菜+彩椒+扁豆 Cauliflower+Pepper+Snap bean	玉米筍+花椰菜+彩椒 Baby corn+pepper+cauliflower		辣味小黃瓜 Spicy cucumber	玉米段+水蛋羹+花椰菜+白蘿蔔 Corn+egg+radish+cauliflower
		小菜	△原味薯球*3 Tater tots	紅豆塔 Tart with red bean	香菇蒸蛋 Steamed egg with mushroom	水果 Fruit	△可樂餅*1 Croquette
		青菜	水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit
熱量	699	636	725	685	659		
午餐Lunch	異國料理套餐	異國B	白酒蘑菇海鮮燻飯	義大利肉醬燻烤飯套餐	日式照燒雞排炒烏龍麵套餐	韓式豬肉拌飯套餐	日式茄汁豬排蛋包飯套餐
		主食	白酒蘑菇燻飯 Risotto with mushroom	茄汁燻飯 Risotto with tomato sauce	日式炒烏龍麵 (紅蘿蔔+木耳+洋蔥+高麗菜+肉絲+香菇) Fried udon in Japanese style	白飯 Rice	茄汁蛋包飯 (火腿丁+三色豆+洋蔥) Omelet rice with tomato sauce
		主菜	★蝦子*2,花枝*1,淡菜*1 Mix seafood	檸檬烤雞翅*2 Chicken with lemon sauce	照燒雞排 Teriyaki chicken	韓式醬炒豬肉 Pork with korean sauce	◎炸豬排 Fried pork
		小菜	義式烤時蔬 (花椰菜,玉米筍,扁豆) Grilled vegetable	△薯球*3 tater tots	雙色花椰 cauliflower	小黃瓜+紅蘿蔔+蛋絲 Cucumber+carrot+egg	花椰菜+紅蘿蔔+地瓜 Carrot+sweet potato+cauliflower
		小菜	西班牙烤蛋 Shirred	花椰菜+甜椒 Cauliflower+Pepper	紅豆紫米湯 Red bean and purple rice porridge	泡菜+海帶芽+黃豆芽 kimchi+seaweed+Bean sprout	毛豆茶碗蒸 Steamed egg with edamame
		青菜	水果 Fruit	紅豆塔 Tart with red bean	水果 Fruit	奶皇包/水果 Bun with butter/Fruit	水果 Fruit
熱量	651	695	685	701	697		

康橋國際學校林口校區 美食街餐廳108年1月菜單
Restaurant Menu, January 2019

午餐 Lunch	麵食料理	麵食 A	砂鍋魚肉套餐(含蝦米)	泰式椒麻雞炒飯套餐	冬瓜雞湯套餐	日式味噌叉燒拉麵套餐	蕃茄豬肉鍋套餐
		主食	冬粉 Glass noodle	泰式炒飯條 (香菇+豆芽菜+紅蘿蔔+韭菜+豆干+雞蛋) Fried noodle with Thai style	麵線 Vermicelli	拉麵 Ramen	寬粉 Glass noodle
主菜	◎☆魚片(烏魚*4) Fish	◎椒麻雞(切, 撒花生碎) Deep-fried Chicken with Hot Sauce	雞肉塊*4 Chicken	叉燒肉*4 Pork	豬肉片 Pork		
小菜	大白菜+豆皮+木耳+豆腐+金針 Cabbage+Dried bean+fungus+tofu+Orange daylily		冬瓜+玉米段+香菇+有機蔬菜 White gourd+corn+mushroom+organic vegetable	玉米粒+海帶芽+筍干+高麗菜+水煮蛋(半) Corn+seaweed+bamboo shoot+cabbage+egg	豆腐+有機蔬菜+木耳+貢丸+金針菇 Tofu+organic vegetable+fungus+pork ball+mushroom		
小菜	海帶三絲 Mix seafood	水果 Fruit	台式甜不辣 Tempura	蛋塔 Egg tart	紅豆包 Bun with red bean		
青菜	水果 Fruit	椰汁西米露 Sago with coconut	水果 Fruit		水果 Fruit		
湯品	沙茶湯 Satay soup		冬瓜雞湯 White gourd with chicken soup	味噌湯 Miso soup	番茄湯 Tomato soup		
熱量	663	723	652	684	636		
午餐 Lunch	麵食料理	麵食 B	四川擔擔麵套餐	泰式酸辣豬肉湯麵套餐	八寶冬粉套餐	日式沾麵套餐	韓式部隊雞肉鍋套餐
		主食	白麵 Noodle	刀切麵 Noodle	冬粉 Glass noodle	拉麵 Ramen	王子麵 Instant noodle
		主菜	滷雞腿 Braised chicken	豬肉片 Pork	肉羹+花枝羹+魷魚 Pork+squid	唐揚炸雞*5 Chicken	雞肉塊*4 Chicken
		小菜	小黃瓜+紅蘿蔔+有機蔬菜 Cucumber+carrot+organic vegetable	金針菇+豆腐+有機蔬菜+貢丸+水煮蛋(半) Mushroom+tofu+organic vegetable+pork ball+egg	金針+黑木耳+紅蘿蔔+有機蔬菜 Orange daylily+fungus+carrot+organic vegetable	水煮蛋(半)+筍干+海帶芽+花椰菜 Egg+bamboo shoot+seaweed+cauliflower	年糕+豆腐+金針菇+起司片+小熱狗+大白菜 Rice cake+tofu+mushroom+cheese+hot dog+cabbage
		小菜	海帶三絲 Mix seaweed	水果 Fruit	台式甜不辣 Tempura	蛋塔 Egg tart	紅豆包 Bun with red bean
		青菜	水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit
		湯品		泰式酸辣湯			泡菜起司湯 Kimchi with cheese soup
		熱量	625	659	683	699	687
午餐 Lunch	輕食套餐	套餐	輕食A餐	輕食A餐	輕食A餐	輕食A餐	輕食A餐
		主食	咖哩牛肉飯 Curry Beef Rice	紅醬牛肉義大利麵 Beef Sauce Pasta	青醬雞肉焗焗管麵 Penne With Chicken In Pesto Sauce	培根野菇貝殼麵 Bacon Mushroom Conchiglie	照燒野菇牛肉燉飯 Teriyaki Mushroom Beef Risotto
		副食	奶油糖霜吐司 Cream icing toast	燕麥葡萄餅乾 Raisin Oatmeal Cookies	可爾葡萄餐包 Cocoa Grape Bun	水滴巧克力餅乾 Chocolate Cookies	提拉米蘇 Tiramisu
		飲料	原味優酪乳 Buttermilk	100%蘋果汁 Apple Juice	可爾必思 Calpis	100%柳橙汁 Orange juice	蜂蜜檸檬汁 Honey Lemon Juice
		水果	季節水果 Fruit		季節水果 Fruit		季節水果 Fruit
		熱量	730	730	750	680	700
		套餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐
		主食	德國烤腸大亨堡 Dachshund Hotdog	茄汁肉丸子起司披薩 Meatball Pizza	黑胡椒豬柳起司堡 Black Pepper Porridge	藍帶火腿起司豬排三明治 Cheese Ham Pork Sandwich	蜜汁烤肉拖鞋披薩 Honey BBQ Pork Ciabatta Pizza
		副食	蜂蜜瑞士捲 Honey Swiss Roll	焦糖葡式蛋塔 Caramel Portugueses Egg Tarts	法式蘋果派 French Apple Pie	椰子檸檬鬆糕 Coconut Lemon Cake	巧克力瑞士捲 Chocolate Swiss Roll
		飲料	草莓優酪乳 Strawberry Buttermilk	100%蘋果汁 Apple Juice	有機豆漿 Half-Sugar Soy Milk	100%柳橙汁 Orange juice	糙米漿 Rice & Peanut Milk
水果	季節水果 Fruit		季節水果 Fruit		季節水果 Fruit		
熱量	730	740	720	690	700		
晚餐 Dinner	Dinner	主食	滷肉飯 Minced pork rice	夏威夷炒飯 Hawaiian fried rice	韓式泡菜豬肉燴飯 Kimchi pork rice	焗烤茄汁燴飯 Risotto with tomato sauce	
		主菜1	△小籠包 Xiaolongbao	香蒜炒鹹豬肉 Salty pork	蜜汁烤小棒腿*3 Grilled chicken with honey	△德式香腸 Sausage	
		主菜2	◎炸鹹酥雞 Fried chicken			花椰菜+彩椒+扁豆 Cauliflower+pepper+snap bean	
		副菜	烤花椰菜+彩椒 Grilled cauliflower+pepper	開陽蒲瓜 White gourd	豆乾炒芹菜 Dried bean with celery	薯球*3 Hash brown	
		副菜	烤薯條 French fries	枸杞小白菜 Vegetable	金針青江 Mushroom with vegetable		
		湯品	△珍珠奶茶 Bubble tea	香菇紫菜羹 Mushroom with seaweed soup	綠豆薏仁湯 Green bean with pearl barley soup	玉米濃湯 Corn chowder	
		水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
		熱量	823	798	745	699	