康橋國際學校林口校區 美食街112年12月菜單
Restaurant Menu, December, 2023

	日期 Date		12/11	12/12	12/13	12/14	12/15
	星期 Day		(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
早餐 Break-fast	中式	主食		◎炸銀絲卷+煉乳 Silver Thread Bun+Condensed Milk	原味蘿蔔糕*2 Radish Cakes	醬燒小肉包 Pork Stuffed Bun	鍋貼 Pan-fried Dumplings
				銀絲卷(70G) 煉乳	原味蘿蔔糕	醬燒小肉包(30G)*2	鍋貼*5
		副食1		香蒜肉排 Garlic Pork Chop	馬鈴薯炒肉絲 Stir-fried Potato and Shredded Pork	△◎☆★酥炸蝦排 Deep-fried Shrimp Chop	爆炒肉片 Stir-fried Pork Slices
				里肌肉排	豬肉絲 馬鈴薯 紅蘿蔔	蝦排	豬肉片 高麗菜 紅椒絲
		副食2		鮮肉珍珠丸*2 Rice Meat Ball	起司蘑菇炒蛋 Scrambled Egg with Cheese and Mushroom	紅蘿蔔炒蛋 Scrambled Eggs with Carrot	酸辣湯 Hot and Sour Soup
				鮮肉珍珠丸	雞蛋 蘑菇 起司	雞蛋 紅蘿蔔	板豆腐 木耳 金針菇 雞蛋 紅蘿蔔
		副食3		履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable
		熱量		602.0	650.0	560.0	575.0
	西式	主食		泡菜燻雞吐司套餐	里肌帕尼尼套餐	薑汁燒肉米漢堡套餐	鮪魚乳酪餅套餐
		主食		全麥吐司 Whole Wheat Toast	帕尼尼 Panini	米漢堡 Rice Burger	乳酪餅 Cheese Pie
				全麥吐司*2	帕尼尼	米漢堡	乳酪餅*1 白吐司*1
		副食1		泡菜炒燻雞 Stir-fried Smoked Chicken with Kimchi	◎△菲力雞排 Chicken Chop	薑汁燒肉 Pork Slices with Ginger Sauce	鮪魚醬 Tuna Paste
				燻雞 雞肉絲 泡菜 大白菜	菲力雞排	豬肉片 洋蔥 紅蘿蔔 薑	鮪魚 洋蔥 馬鈴薯 美乃滋
		副食2		起司地瓜烘蛋 Sweet Potato Frittata with Cheese	馬鈴薯炒蛋 Scrambled Eggs with Potato	△◎炸薯條 French Fries	蔥花玉米炒蛋 Scrambled Egg with Scallion and Corn
				地瓜 雞蛋 起司絲	馬鈴薯 雞蛋	薯條	雞蛋 蔥花 玉米
		副食3		千島苜蓿芽沙拉 Alfalfa Salad with with Thousand Island Dressing	小黃瓜 、牛番茄、洋蔥絲 Cucumber, Tomato, Shredded Onion	和風水果沙拉 Friut Salad	履歷青菜 Fresh Vegetable
				苜蓿芽 豌豆苗 紫高麗		羅美生菜 紫洋蔥 季節水果	
		熱量		610.0	605.0	583.0	608.0
	飲品			柚子冰茶/豆漿紅茶 Pomelo Green Tea/ Soybean Milk Tea	柳橙綠茶/鮮奶 Orange Green Tea/Milk	低糖豆漿/古早味冬瓜茶 Low Sugar Soybean Milk/White Gourd Tea	可爾必思/混漿 Calpis/Mixed Soymilk
午餐 Lunch	套餐		**紅燒豬腳套餐**	**酥炸魚排套餐**	**茄汁獅子頭套餐**	**左宗棠雞套餐**	**韓式炸醬麵套餐**
	主食		糙米飯 Brown Rice	白飯 Rice	五穀飯 Grain Rice	白飯 Rice	韓式炸醬麵 Korean Fried Sauce Noodles
	主菜		紅燒豬腳 Braised Pork Knuckles	◎☆酥炸魚排 Deep-fried Fish Fillet	茄汁獅子頭 Meat Balls with Tomato Sauce	🌶左宗棠雞 General Tso's Chicken	
			豬腳丁 豬肉角	帶皮鱈魚排	獅子頭*3 番茄 洋蔥	雞胸丁 地瓜 乾辣椒 紅辣椒	白麵 豬絞肉 高麗菜 小黃瓜 洋蔥
	副主菜		蠔油鮮菇燴雞丁 Stir-fried Diced Chicken and King Oyster Mushrooms	麻油高麗炒肉片 Stir-fried Pork Slices and Cabbage with Sesame Oil	栗子燒雞 Braised Chicken and Chestnuts	★白灼鮮蝦 Blanched Shrimps	◎韓式糖醋肉 Korean Sweet and Sour Pork
			雞胸丁 豆薯 杏鮑菇 青蔥	豬肉片 高麗菜 枸杞 薑絲	雞胸丁 結頭菜 栗子 青蔥	蝦子*3 蔥薑蒜	豬肉柳 紅椒 黃椒
	副菜1		白菜炒年糕 Stir-fried Chinese Cabbage and Rice Cake	肉末燒豆腐 Braised Tofu with Minced Pork	玉米炒蛋 Scrambled Eggs with Corn Kernels	媽媽上樹 Stir-fried Mung Bean Noodles with Vegetables	🌶韓式黃豆芽 Soy Sprouts Salad
			大白菜 寧波年糕 黑木耳 紅蘿蔔	板豆腐 豬絞肉 蔥花	雞蛋 玉米	冬粉 豬絞肉 紅蘿蔔 蔥花 黑木耳 芹菜	黃豆芽 紅蘿蔔 紅辣椒 韓式辣椒粉
	副菜2		履歷青菜 Fresh Vegetable	有機青菜 Organic Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	有機青菜 Organic Vegetable	履歷青菜(+芝麻) Fresh Vegetable (contain Sesame)
	湯品		海芽薑絲湯 Kelp Sprouts Soup with Shredded Ginger	芥菜雞湯 Mustard and Chicken Soup	菠菜吻魚羹 Spinach and Anchovy Soup	紫米紅豆湯 Black Rice and Red Beans Soup	羅宋湯 Borscht
			海帶芽 薑絲	芥菜仁 雞排丁	菠菜 吻仔魚 枸杞	紅豆 紫米	番茄 高麗菜 西洋芹 豬肉片
	水果		水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量		800	760	750	730	810
	麵食		🌶**酸辣海鮮粉套餐**	**麻油雞麵線套餐**	**腐乳羊肉麵套餐**	**蔥開眼麵套餐**	🌶**川味牛肉麵套餐**
	主食		寬冬粉 Mung Bean Noodles	白麵線 Thin Noodles	白油麵 Oil Noodles	白麵 Noodles	家常麵 Noodles
	主菜		☆★蝦子*2+花枝圈*2 Shrimps+Cuttlefish Rings	麻油雞腿 Sesame Oil Chicken Drumstick	●羊肉片 Lamb	豬梅花 Pork	●川味牛肉 Sichuan Beef
	副菜		△黃金魚蛋*2+香菜 Fish Balls+Coriander	枸杞+鮮香菇+蔥段 Goji+Mushroom+Scallion	角螺+枸杞 Bean Curd+ Goji	△貢丸+蔥段+★蝦米 Meat Ball+Scallion+Dried Shrimp	紅蘿蔔+白蘿蔔+青蔥 Carrot+Radish+Scallion
	小菜		梅汁苦瓜 Bitter Gourd with Plum Sauce	涼拌雲耳 Black Fungus Salad	薄鹽毛豆莢 Salted Edamame	花生油味 Braised Dishes with Peanuts	涼拌茄子 Eggplant Salad
			苦瓜 梅子	雲耳 香菜 薑絲	毛豆莢	小黃瓜 麵筋 花生	茄子 蒜頭 青蔥 辣椒
	青菜		豆芽菜+洋蔥+九層塔 Bean Sprouts+Onion Basil	川燙高麗菜 Blanched Cabbage	紅白蘿蔔+九層塔 Radish and Carrot+Basil	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable
	湯品		泰式酸辣湯底	麻油雞湯 Sesame Oil Chicken Broth	腐乳湯 Fermented Bean Curd soup	蔥味豬骨湯 Pork Bone and Scallion Soup	川味牛肉湯底 Sichuan Beef Soup
	水果		水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量		820	716	725	790	820
晚餐 Dinner	套餐		**椒鹽雞排套餐**	**回鍋肉片套餐**	**宮保雞丁蓋飯套餐**	**煙燻醬豬排套餐**	**燒烤腿排套餐**
	主食		胚芽飯 Germ rice	小米飯 Millet Rice	🌶◎宮保雞丁蓋飯 Kung Pao Diced Chicken Rice	糙米飯 Brown Rice	地瓜飯 Sweet Potato Rice
	主菜		◎椒鹽腿排 Deep-fried Chicken Thigh	回鍋肉片 Twice-Cooked Pork Slices		煙燻醬豬排 Pork Chop with Smoked Sauce	燒烤雞翅 Grilled Chicken Wing
			雞腿排	豬肉片 豆干片 青蔥 辣椒	白米 雞胸丁 花生 乾辣椒 蔥段	帶骨大排	雞翅
	副主菜		冬瓜蒸肉餅 Steamed Pork Pie with White Gourd	★☆生炒魷魚(含芝麻) Stir-fried Squid	五香滷豆包 Braised Bean Curd	蒲瓜炒雞柳 Stir-fried Chicken Fillet and Bottle Gourd	蔥爆肉絲 Stir-fried Shredded Pork and Scallion
			豬絞肉 冬瓜 雞蛋	魷魚 大白菜 香菜 沙茶醬 紫魚	炸豆包	雞肉柳 蒲瓜 紅蘿蔔	豬肉絲 青蔥 洋蔥
	副菜1		樹子油豆腐 Briased Tofu with Cordia Seeds	烤時蔬南瓜 Roasted Seasonal Vegetables and Pumpkin	涼拌三絲 Bean Sprouts, Cucumber, Carrot	古早味蒸蛋 Steamed Egg	紅燒油豆腐 Braised Oily Tofu
			板豆腐 樹子	南瓜 彩椒 四季豆 蘑菇	綠豆芽 小黃瓜 紅蘿蔔 雞肉絲	雞蛋	三角油豆腐 木耳 紅蘿蔔
	副菜2		履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable
	水果		水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	湯品		☆芹香魚丸湯 Fish Ball Soup with Celery	綠豆薏仁湯 Mung Bean and Job's Tears Soup	油腐粉絲湯 Oily Tofu and Mung Bean Noodle Soup	蒜味杏鮑菇燉雞湯 Chicken and King Oyster Mushroom Soup with Garlic	青木瓜丸片湯 Green Papaya and Meat Ball Soup
			小虱目魚丸 小白菜 芹菜	綠豆 洋薏仁	油豆腐 冬粉	雞排丁 杏鮑菇 蒜	青木瓜 貢丸片
	熱量		840	780	850	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