

康橋國際學校林口校區 美食街111年10月菜單
Restaurant Menu, October, 2022

日期 Date		10/17	10/18	10/19	10/20	10/21
星期 Day		(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
早餐 Break-fast	中式	主食	皮蛋瘦肉粥 Pidan Congee	蔥油餅 Bamboo Bun	什錦炒烏龍 Vegetable Fried Oolong	燒餅 Clay Oven Roll
		副食1	香滑雞翅 Braised Wings	蔥油雞 Scallion Oil Chicken	照燒豬肉片 Teriyaki Pork Slices	台式早餐肉排 Taiwanese Breakfast Steak
		副食2	涼拌土豆雞筋 (小黃瓜、雞筋、花生) Braised Wheat Gluten	菜脯蛋 Scrambled Eggs with Pickled Radish	日式醬油蛋 Japanese Boiled Egg	▲烤三角薯餅
		副食3	麻油燙鮮蔬 Vegetables with Sesame Oil	鮮蔬炒麵 Fresh Vegetable	紅絲高麗菜 Braised Cabbage with Carrot	履歷青菜 Fresh Vegetable
	西式	內容物	地瓜餐包、烤肉醬雞排、蔬菜烘蛋、干島醬沙拉 Corn Bun, Roasted Chicken, Frittata, Salad	口袋餅、鮭魚洋蔥沙拉、水煮蛋、冰心地瓜 Pita, Tuna Salad, Hard-boiled Egg, Sweet Potato	吐司、●●起司雞排、美生菜、牛番茄切片、▲烤薯球 Toast, Cheese Chicken Chop, Lettuce, Tomato, Tater Tots	奶香麵包、醬烤豬排、▲烤三角薯餅、溫沙拉 Bread, Roasted Pork Chop, Hash Browns, Salade Tiede
		飲品	鮮奶綠/米漿 Milk Green Tea/ Peanut and Rice Milk	熱麥茶/薏仁漿 Barley Tea/ Job's Tears Milk	蜂蜜菊花茶/低糖豆漿 Chrysanthemum Tea/ Soy Milk	黑豆漿/優酪乳 Black Soy Milk/ Yogurt
		熱量	692/720	723/755	750/745	735/721
午餐 Lunch	套餐	桂竹筍炒豬肉套餐	韓式豬排套餐	蔥爆牛肉套餐	燒烤豬腳套餐	校慶特餐
	主食	黑米飯 Black rice	白飯 Rice	五穀飯 Grain rice	白飯 Rice	白醬奶管筆麵 Alfredo Chicken Penne
	主菜	桂竹筍炒豬肉 Stir-fried Pork and Bamboo Shoots	●☆酥炸油魚 Deep-fried Oilfish	蔥爆牛肉片 Braised Beef with Scallion	豉汁雞球 Stir-Fried Chicken in Black Bean Sauce	檸檬蒜香烤骨腿 Lemon garlic roast chicken
	副主菜	洋芋燉雞 Potato Chicken Stew	沙茶炒肉絲 Sacha Pork	彩椒雞丁 Stir-fried Chicken and Bell	☆蒲燒鰻魚 Kabayaki Sea Bream	●梅粉地瓜薯條 Sweet Potato Fries
	副菜1	紅絲四季豆 Stir-fried String Beans	海結燒豆腐 Braised Kelp and Tofu	和風蒸蛋 Japanese Style Steamed Eggs	紅片胡瓜 Stir-fried Cucumber and Carrot	溫沙拉 Salade Tiede
	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	冬瓜檸檬山粉團 White Gourd Drink with Basil Seeds
	湯品	玉米海根湯 Corn and Kelp Soup	番茄金針菇湯 Tomato and Enoki Mushroom Soup	黃豆芽肉絲湯 Soy Sprouts and Pork Soup	QQ甜甜湯 QQ Yuan Sweet Soup	水果 Fruit
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	725	780	750	750	800
	種食	番茄海鮮麵	薑燒麻油雞腿麵套餐	餛飩麵套餐	赤味噌麵套餐	紅燒牛肉麵
	主食	台式拉麵 Noodles	白麵 Noodles	白麵 Noodles	日式拉麵 Ramen	家常麵 Noodles
	主菜	★花枝+鮮蝦 Cuttlefish+Shrimp	麻油雞腿 Chicken Drumstick	香菇肉燥 Braised Pork	豬梅花 Pork	●紅燒牛肉 Beef Stew
	副菜	▲魚丸+洋葱絲+豬肉片 Fish Ball+Onion+Pork Slices	枸杞+凍豆腐+青蔥 Goji+Mushroom+Scallion	餛飩*5 Wonton*5	玉米粒+海帶芽+蔥花 Corn Kernels+Seaweed+Scallion	青蔥+白蘿蔔+紅蘿蔔 Scallion + Radish+ Carrot
	小菜	涼拌素雞 Vegetarian Chicken	五香滷味(海帶、大黑豆干) Braised Dish (Seaweed, Dried Tofu)	青蔥炒煙燻豬頭皮 Stir-fried Pork Slices	和風醬滷鴨蛋 Japanese Style Boiled Egg	涼拌毛豆莢 Cold Edamame Pods
青菜	番茄+大白菜 Tomato+Chinese Cabbage	高麗菜+金針菇 Cabbage+Enoki Mushrooms	豆芽菜+韭菜 Bean Sprouts+Chives	涼拌小黃瓜 Cucumber Salad	履歷小白菜 Fresh Vegetable	
湯品	番茄蔬菜湯底 Tomato Soup	麻油雞湯 Sesame Chicken Soup	大骨高湯 Bone Soup	☆赤味噌湯底(柴魚) Sapporo Miso Soup	紅燒湯底 Broth	
水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
熱量	715	716	725	760	780	
晚餐 Dinner	套餐	水牛城烤翅	迷迭香烤豬排	西班牙海鮮燉飯	壽喜燒獅子頭套餐	咕咕雞套餐
	主食	小米飯 Millet Rice	五穀飯 Grain Rice	★西班牙海鮮燉飯 Paella Valenciana	糙米飯 Brown rice	白飯 Rice
	主菜	水牛城烤翅 Buffalo Wing	迷迭香烤豬排 Rosemary Pork Chop		蜜汁豬排 Pork Chop with Honey Sauce	鳳梨咕咕雞丁 Sweet and Sour Chicken with Pineapple
	副主菜	青椒炒肉片 Stir-fried Shredded Pork and Green Peppers	★毛豆滑蛋蝦仁 Scrambled Eggs with Edamame and Shrimp		生薑燻雞 Stir-fried Chicken with Ginger	小黃瓜炒肉片 Stir-fried Cucumber and Pork Slices
	副菜1	紅蘿蔔燴白菜 Stir-fried Chinese Cabbage and Carrot	豆豉苦瓜 Stir-fried Bitter Gourd with Fermented Soy	▲番茄燉肉丸(30g)*3 Albondigas	玉米炒蛋 Scrambled Egg with corn	魚香茄子(不辣) Stir-fried Eggplants with Minced Pork
	副菜2	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable	鮮烤時蔬 Roasted Assorted Vegetables	履歷蔬菜 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	紅棗香菇雞湯 Red Dates and Mushrooms Chicken Soup	綠豆地瓜甜湯 Mung Beans and Sweet Potatoes Soup	野菇濃湯 Mushrooms Soup	黃豆芽豆腐湯 Soy Sprouts and Tofu Soup	薑絲冬瓜湯 Winter Gourd Soup
熱量	750	755	800	820	755	

▲表加工品 Processed Food
●表油炸物 Fried Food
☆表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●表牛羊製品
本校未使用輻射污染食品