

日期 Date	9/11	9/12	9/13	9/14	9/15	
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	
中式	主餐	◎炸銀絲卷+煉乳 Silver Thread Bun+Condensed Milk	蘑菇鐵板麵 Teppanyaki Noodles with Mushroom Sauce	醬燒小肉包 Pork Stuffed Bun	鍋貼 Pan-fried Dumplings	
	副食 1	銀絲卷(70G)煉乳	黃油麵 豬絞肉 蘑菇 洋蔥	醬燒小肉包(30G)*2	鍋貼*5	
	副食 2	蒜香蒜排 Garlic Pork Chop	△◎卡咖雞排 Chicken Chop	△◎☆★酥炸蝦排 Shrimp Chop	爆炒肉片 Stir-fried Pork Slices	
	副食 3	里肌肉排	呷拉雞排	蝦排	豬肉片 高麗菜 紅椒絲	
	副食 4	鮮肉珍珠丸*2 Rice Meat Ball	荷包蛋 Sunny-side-up	蘑菇炒蛋 Scrambled Eggs with Mushrooms	酸辣湯 Hot and Sour Soup	
	副食 5	鮮肉珍珠丸	雞蛋	蘑菇雞蛋	板豆腐 木耳 金針菇 雞蛋 紅蘿蔔	
	副食 6	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	580.0	560.0	575.0	
	早餐	主餐	泡菜辣雞吐司套餐	牛奶餐包套餐	薑汁燒肉米漢堡套餐	鮪魚乳酪餅套餐
	西式	主餐	全麥吐司 Whole Wheat Toast	牛奶餐包 Milk Bun	米漢堡 Rice Burger	乳酪餅 Cheese Pie
副食 1	泡菜炒雞排 Kimchi and Smoked Chicken	蜂蜜蒜味豬柳 Honey Pork Tenderloin with Garlic	薑汁豬肉片 Pork Slices with Ginger Sauce	鮪魚醬 Tuna Paste		
副食 2	煉雞 泡菜 大白菜 起司地瓜烘蛋 Sweet Potato Frittata with Cheese	豬柳 洋蔥 蜂蜜 洋芋蛋沙拉 Potato Egg Salad	豬肉片 洋蔥 紅蘿蔔 薑 △◎炸薯條 French Fries	鮪魚 洋蔥 馬鈴薯 美乃滋 玉米起司炒蛋 Scrambled Egg with Cheese and Corn		
副食 3	千島苜蓿芽沙拉 Alfalfa Salad	濕沙拉 Salade Tiede	和風水果沙拉 Fruit Salad	履歷青菜 Fresh Vegetable		
副食 4	苜蓿芽 豌豆苗 紫高麗	青花菜 白花菜 紅蘿蔔	美生菜 紫洋蔥 季節水果			
熱量	610.0	613.0	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/鮮奶綠 Calpis/Milk Green Tea		
午餐	套餐	紅燒豬腳套餐	酥炸魚排套餐	鐵板肉柳套餐	新疆大盤雞套餐	韓式炸醬麵套餐
	主餐	糙米飯 Brown Rice	白飯 Rice	五穀飯 Grain Rice	白飯 Rice	韓式炸醬麵 Korean Bean Paste Noodles
	主菜	紅燒豬腳 Braised Pork Knuckles	◎酥炸魚排 Deep-fried Fish Fillet	鐵板肉柳 Fried Pork Loin	新疆大盤雞 Xinjiang Chicken	白麵 豬絞肉 高麗菜 小黃瓜 洋蔥
	副主菜	辣油鮮菇雞丁 Stir-fried Chicken and King Oyster Mushrooms	麻油高麗菜炒肉片 Stir-fried Pork Slices with Cabbage	日式蘿蔔雞肉煮 Japanese Braised Chicken	★白灼鮮蝦 Blanched Shrimps	◎韓式糖醋肉 Korean Sweet and Sour Pork
	副菜 1	雞胸丁 小黃瓜 香菇 紅蘿蔔 白菜炒年糕 Stir-fried Chinese Cabbage and Rice Cake	豬肉片 高麗菜 紅蘿蔔 薑絲 茄汁豆腐 Braised Tofu with Tomato Sauce	雞胸丁 白蘿蔔 蔥花 豆薯炒蛋 Scrambled Eggs with Yam Bean	蝦子*3 蔥薑蒜 媽蟻上樹 Stir-fried Mung Bean Noodles	豬肉柳 紅椒 黃椒 韓式黃豆芽 Soy Sprouts Salad
	副菜 2	大白菜 寧波年糕 黑木耳 紅蘿蔔 履歷青菜 Fresh Vegetable	板豆腐 番茄 履歷青菜 Organic Vegetable	雞蛋 豆薯 紅蘿蔔 履歷青菜 Fresh Vegetable	冬粉 豬絞肉 紅蘿蔔 蔥花 黑木耳 芹菜 有機青菜 Organic Vegetable	黃豆芽 紅蘿蔔 紅辣椒 履歷青菜(+芝麻) Fresh Vegetable
	湯品	紫菜蛋花湯 Kelp Sprouts and Egg Drop Soup	苦瓜排骨湯 Bitter Melon and Ribs Soup	枸杞山藥湯 Goji Yam Soup	紫米紅豆湯 Black Rice and Azuki Beans Soup	海芽薑絲湯 Kelp Sprouts Soup
	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	海鮮鍋燒麵套餐	蒜頭香菇雞腿麵套餐	油蔥鴨肉麵套餐	排骨酥麵套餐	紅燒牛肉麵套餐
	主餐	鍋燒意麵 Hot Pot Noodles	白麵 Noodles	黃油麵 Oil Noodles	陽春麵 Plain Noodles	家常麵 Noodles
	主菜	☆★蝦子*2+巴沙魚片*1 Shrimp+Basa fish	雞骨腿 Chicken Leg	鴨肉丁 Duck Meat	◎豬肉角+豬軟骨丁 Pork	●牛肉 Beef
	副菜	板豆腐*3+魚板*1+香菇*1 Tofu+Fish Cake+Mushroom	枸杞+大蒜仁 Goji+Garlic	鴨肉丸*3 Duck Meatballs	冬瓜+芹菜+香菜 White Gourd+Celery+Coriander	紅蘿蔔+白蘿蔔+酸菜 Carrot+Radish+Pickles
	小菜	凉拌海帶芽 Seaweed Salad	◎六神炸甜不辣 Deep-fried Tempura	五香滷味 Lo mei	☆☆豆干小魚 Dried Tofu and Anchovies	台式泡菜 Taiwanese Cabbage Pickle
	青菜	履歷青菜 Fresh Vegetable	香菇+高麗菜 Mushroom+Cabbage	韭菜+豆芽菜 Chinese Chives+Bean Sprouts	履歷青菜 Fresh Vegetable	履歷青菜 Fresh Vegetable
湯品	海鮮湯底 Seafood Soup	雞高湯 Chicken Soup	鴨肉清湯 Duck Soup	大骨湯底 Bone Broth	紅燒牛肉湯底 Stewed Beef Soup	
水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
熱量	720	845	780	900	810	
晚餐	套餐	椒鹽雞排套餐	日式燒肉套餐	韓式炸雞套餐	煙燻醬豬排套餐	
	主餐	胚芽飯 Germ Rice	小米飯 Setaria Italica Rice	白飯 Rice	糙米飯 Brown Rice	
	主菜	◎椒鹽雞排 Deep-fried Chicken Thigh	☆日式燒肉片 Yakiniku	◎洋蔥炸雞丁 Korean Fried Chicken	煙燻醬豬排 Pork Chop with Smoked Sauce	
	副主菜	冬瓜蒸肉餅 Steamed Pork Pie	☆紅燒魚丁 Fish Dices and Vegetable in Cream Sauce	韓式馬鈴薯燉排骨 Pork Ribs and Potato Stew	蒲瓜炒雞柳 Stir-fried Chicken and Bottle Gourd	
	副菜 1	大黃瓜 蒜苗 香菇 Stir-fried Cucumber and Mushrooms	烤時蔬南瓜 Roasted Seasonal Vegetable Pumpkin	☆韓式醬炒年糕 Korean Rice Cake	古早味蛋羹 Steamed Egg with Carrots	
	副菜 2	胡瓜 金針菇 鴻喜菇 履歷青菜 Fresh Vegetable	南瓜 彩椒 四季豆 蒜苗 履歷蔬菜 Fresh Vegetable	大白菜 年糕 洋蔥 蔥花 芝麻拌蔬菜 Vegetable with Sesame	雞蛋 履歷青菜 Fresh Vegetable	
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
	湯品	☆芹香魚丸湯 Fish Ball Soup	綠豆薏仁湯 Mung Bean and Pearl Barley Soup	韓式海帶芽湯 Korean Kelp Sprouts Soup	蒜味香脆椒雞湯 Chicken and King Oyster Mushroom Soup	
	熱量	840	780	850	820	

△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

●表牛羊肉類

☆表醬油 芝麻油及芝麻，不含花生成分

本校食材一律使用國產產，未使用輻射污染食品