

日期 Date		7/20	7/21	7/22	7/23	7/24					
星期 Day		(一)	(二)	(三)	(四)	(五)					
早餐 Breakfast	中式	主食	參香起司豬排堡 +大麥歐蕾	三杯鐵板麵+蛋+雞塊 +百香綠茶	照燒雞總匯 +黑豆漿	黑胡椒豬排蛋堡 +蜂蜜檸檬茶					
		副食 1									
		副食 2									
		副食 3									
		熱量									
	套餐										
	西式	主食									
		副食1									
		副食 2									
		副食3									
		熱量									
	飲品										
套餐		椒鹽無骨排骨套餐		樹子罐魚套餐		夏威夷炒飯套餐		南乳醬烤雞柳套餐		青醬蒸鮮魷管麵套餐	
主餐		糙米飯 Brown Rice		白飯 Rice		△夏威夷炒飯 Hawaiian Fried Rice		白飯 Rice		青醬蒸鮮魷管麵 Penne Pesto	
主菜 (必選)		◎椒鹽無骨排骨 Deep-fried Pork Chop		☆樹子蒸罐魚 Steamed Sea Bass with Pickled Cordia Seeds				南乳醬烤雞柳 Roast Chicken with Fermented Bean Curd			
		後腿肉排		罐魚片 蔥 薑		白米 火腿丁 鳳梨 紅蘿蔔 洋葱 青豆仁		雞里肌 豆腐乳 紅糟醬		斜管麵 豬肉絲 磨菇 玉米 洋葱 季節青菜 九層塔	
副菜 1	椒麻涼拌雞絲 Chicken Sald		辣炒豬肉 Korean Spicy Stir-fried Pork		洋葱燉豬排 Braised Pork Chop with Onion		☆酸菜鮮魚煲 Fish and Soy Sprouts Stew		義式香料烤雞腿 Italian Herb Roasted Chicken Drumsticks		
	雞肉絲 小黃瓜 紅蘿蔔 洋葱 紫洋葱 香菜 蒜椒		豬肉片 黃豆芽 洋葱 蔥 辣椒		里肌肉排 洋葱		水菜魚丁 黃豆芽 魷魚 木耳 酸菜		雞骨腿 義式香料		
副菜 2	紅蘿蔔蒸蛋 Steamed Egg With Carrot		蔥爆豆干 Stir-fried Dried Tofu		古早味蒸蛋 Steamed Egg		●哨子豆腐 Spicy Minced Pork Tofu		毛豆炒蛋 Scrambled Eggs with Edamame		
	雞蛋 紅蘿蔔		豆干片 青蔥		雞蛋		板豆腐 豬絞肉 蒜 蔥 辣豆瓣醬		雞蛋 毛豆 紅蘿蔔		
副菜 3	醬燒馬鈴薯(含芝麻) Braised Potatoes (Contains Sesame)		紅燒冬瓜珍珠菇 Braised White Gourd and Mushroom		油燜竹筍 Braised Bamboo Shoots		大黃瓜炒蛋 Stir-fried Cucumber and Egg		焗烤白醬時蔬		
	馬鈴薯 蔥花 蒜泥 白芝麻		冬瓜 紅蘿蔔 秀珍菇		筍干 香菇 福菜 青蔥		雞蛋 大黃瓜 洋葱		白花菜 柳瓜 起司絲 彩椒 鴻喜菇		
副菜 4	酸菜炒肉末 Stir-fried Pickle and Minced Pork		涼拌海椒 Kelp Sprouts Appetizer		涼拌豆皮絲 Chilled Tofu Skin Salad		藍莓小餐包 Blueberry Buns		和風海藻沙拉 Kelp Sprout Salad with Japanese Dressing		
	豬絞肉 碎干丁 酸菜		海帶根 紅蘿蔔 薑絲		豆皮細絲 小黃瓜 紅甜椒 香菜		藍莓小餐包(30g)		馬鈴薯 洋葱 海藻 蜜柑 葡萄乾		
青菜 1	時令蔬菜 Seasonal Vegetable		時令蔬菜 Seasonal Vegetable		時令蔬菜 Seasonal Vegetable		時令蔬菜 Seasonal Vegetable		時令蔬菜 Seasonal Vegetable		
青菜 2	季節蔬菜 Fresh Vegetable		季節蔬菜 Fresh Vegetable		季節蔬菜 Fresh Vegetable		季節蔬菜 Fresh Vegetable		季節蔬菜 Fresh Vegetable		
湯品	海芽味噌湯 Miso Soup with Seaweed Sprouts		蜂蜜山粉圓甜湯 Chia Seeds Honey Soup		扁扁排骨湯 Bottle Gourd and Pork Ribs Soup		芹香蘿蔔排骨湯 Radish and Pork Ribs Soup		南瓜濃湯 Pumpkin Soup		
	海帶芽 洋葱		山粉圓 蜂蜜		扁扁麵骨丁 枸杞		白蘿蔔 龍骨丁 芹菜		南瓜 紅蘿蔔 洋葱 奶粉		
	水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		
	熱量 800		820		830		800		785		
麵食		國產素食餐		照燒雞腿佐辣味美乃滋波奇碗		蜂蜜芥末鴨肉黑麥餐		麻婆豆腐餐		紅燒牛肉麵套餐	
主餐	拉麵 Ramen		紫米飯 Purple rice		黑麥蜂蜜麵包 Rye and Honey Bread		冬粉 Mung Bean Noodles		家常麵 Homestyle Noodle		
	雞肉 Chicken		照燒烤雞腿 Grilled Chicken Thighs with Teriyaki Sauce				涮豬肉片 Pork Slices		●牛肉 Beef		
副菜	☆△滷豆腐+白蘿蔔+黑輪+魚鬆 Fried Tofu+Radish+Chikuwa+Fish Cake				蜂蜜芥末雞鴨雙拼 Chicken and Duck Meat with Honey Mustard		豆干+蒟蒻小卷+紅蘿蔔+金針菇 Sliced Dried Tofu+Konjac+ Carrot+Enoki Mushrooms		紅蘿蔔+白蘿蔔 Carrot+Radish		
	紅蘿蔔蒸蛋 Steamed Egg With Carrot		●綜合蔬菜波奇碗佐辣味美乃滋(含芝麻) Poke Bowl With Spicy Mayonnaise				藍莓小餐包 Blueberry Buns		●麻辣滷豆腐 Spicy Braised Tofu		
小菜 1	雞蛋 紅蘿蔔						藍莓小餐包(30g)		板豆腐 香菜 辣椒		
	☆△燙白菜佐酸甜醬 Chinese Cabbage with Sweet and Sour Sauce						蒜蓉涼拌紫茄 Steamed Eggplant with Garlic		和風醃帶絲 Japanese-Style Wakame Salad		
小菜 2	白菜 焗味棒棒 洋葱 蒜		雞蛋 南瓜 高麗菜 玉米粒 毛豆仁 杏仁 核桃 黑芝麻		雞肉絲 煙燻鴨肉 番茄 生菜 洋葱 紫洋葱 蔥 美乃滋		茄子 蒜 香菜		裙帶絲 紅甜椒		
	季節蔬菜 Fresh Vegetable		川燙青花菜 Sichuan blanched broccoli		生菜沙拉(含芝麻) Lettuce Salad		季節蔬菜 Fresh Vegetable		季節蔬菜 Fresh Vegetable		
湯品	☆昆布湯底(樂魚) Kombu and Bonito Soup		蜂蜜山粉圓甜湯 Chia Seeds Honey Soup		扁扁排骨湯 Bottle Gourd and Pork Ribs Soup		麻辣湯底 Spicy Broth		紅燒牛肉湯底 Braised Beef Soup		
水果	水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		
熱量	840		845		800		850		810		
套餐		肉醬焗烤飯套餐		原民風味套餐		韓國蛤蚧豆腐鍋套餐		椒麻皮蛋拌麵套餐		香烤雞腿飯套餐	
主餐	義式肉醬焗烤飯 Italian Meat Sauce Baked Rice		佛佬(鹹豬肉)炒飯 Salted Pork Fried Rice		白飯 Rice		●椒麻皮蛋拌麵 Sichuan-style noodles with preserved egg		白飯 Rice		
			白米 鹹豬肉 高麗菜 雞蛋 蔥花		★韓國蛤蚧豬肉豆腐鍋 Korean Clam, Pork and Tofu Stew		白麵 豬絞肉 皮蛋 青蔥 乾辣椒 花生 碎花 蔥 白芝麻		香烤雞腿排 Roasted Chicken Leg		
主菜 2	白米 豬絞肉 磨菇 洋葱 番茄 起司絲		馬告烤骨腿 Roasted Chicken Chop with Makauy		馬告烤骨腿 Roasted Chicken Chop with Makauy		◎椒鹽炸豬排 Salt and pepper fried pork chop		豬肉燒 Soy-braised Pork		
			骨腿 馬告		蛤蚧 豬肉片 板豆腐 大白菜 洋葱 金針菇		黑肌肉排		豬肉片 大白菜 紅蘿蔔		
副菜 1	◎康橋炸雞腿 Deep-fried Drumsticks		鮮蔬增潤竹 Stir-fried Vegetable and Bean Curd		☆△韓式薑油燜不辣 Korean style braised Fish Cake		涼拌雲耳 Black Fungus Salad		鮮蔬炒菇 Stir-fried Vegetable and Mushrooms		
	豬腿		四季豆腐竹 紅蘿蔔 木耳 鴻喜菇		甜不辣捲*8		蜜汁蜜桃		豆腐 彩椒 鴻喜菇		
副菜 2	香料雙花 Broccoli and Cauliflower		季節蔬菜 Fresh Vegetable		香油拌菠菜 Blanched Spinach		新鮮蔬菜 Fresh Vegetable		季節蔬菜 Fresh Vegetable		
	水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		水果 Fruit		
湯品	玉米濃湯 Corn Soup		番茄蛋花湯 Tomato and Egg Drop Soup		★豬肉海鮮湯底 Pork and Seafood Broth		紅豆紫米湯 Azuki Bean and Black Rice soup		黃瓜排骨湯 Cucumber Soup		
	玉米 紅蘿蔔 洋葱 奶粉		番茄 雞蛋 蔥花		青蔥		紅豆 紫米		大黃瓜 龍骨丁		
熱量	850		850		850		830		855		
晚餐 Dinner											

△表示加工品 Processed Food
◎表示油炸物 Deep-fried Food
☆表示魚類 Fish
★表示帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●表示羊製品
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糖，未使用輻射污染食品