

	日期 Date	4/7	4/8	4/9	4/10	4/11
	星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
早餐 Break-fast	中式	主食	水煎包 Pan-fried Stuffed Bun	什錦炒烏龍 Sire-fried Udon with Shredded Pork and Vegetables	◎炸銀絲卷+煉乳 Silver Thread Bun+Condensed Milk	蔥油拌麵 Scallion Oil Noodles
		副食 1	黑胡椒炒肉片 Stir-fried Pork Slices with Black Pepper	烏龍麵 豬肉大白菜 紅蘿蔔 黑木耳 Braised Pork with Vegetables	銀絲卷(70G) 煉乳 ☆沙茶肉絲(含芝麻) Stir-fried Shacha Shredded Pork (contain Sesame)	白麵 蔥花 鹽水雞絲 Brined Shredded Chicken
		副食 2	豬肉片 小黃瓜 青蔥 荷包蛋 Sunny-side-up	豬肉角 白蘿蔔 蔥段 茶葉蛋 Tea Egg	豬肉絲 豆芽菜 大辣椒 △鮮肉珍珠丸 Meat Ball	雞肉絲 辣椒 毛豆炒蛋 Scrambled Eggs with Edamame
		副食 3	雞蛋	雞蛋	鮮肉珍珠丸*2	雞蛋 毛豆
		熱量	585	605	592	565
		套餐	花生卡拉雞吐司套餐	起司麵包套餐	迷你雞腿麵包套餐	乳酪餅套餐
	西式	主食	白吐司 Toast	起司麵包 Cheese Bread	迷你雞腿麵包 Multigrain Bread	乳酪餅 Cheese Flatbread
		副食 1	白吐司*2 花生醬 ◎△炸雞排 Deep-fried Chicken Chop	起司麵包 ◎印度蔬菜咖哩雞 Indian Curry Chicken with Spinach	迷你雞腿麵包 香烤雞翅 Roasted Chicken Wings	乳酪餅 吐司片 ◎△★蝦排 Shrimp Chop
		副食 2	卡拉雞排 蒜味馬鈴薯 Roasted Potato with Garlic	雞胸丁 冷凍蔬菜 洋蔥 番茄 蒜粗 青菜 彩蔬烘蛋 Vegetables Frittata	雞翅 ◎炸地瓜薯條 Sweet Potato Fries	蝦排 時蔬炒蛋 Scrambled Eggs with Vegetables
		副食 3	馬鈴薯 蒜粗 苜蓿芽、紫洋蔥、豌豆苗 Alfalfa, Onion, Pea Seedling	雞蛋 綠花椰 杏鮑菇 紅絲高麗菜 Braised Cabbage with Shredded Carrot	地瓜薯條 和風沙拉 Salad	雞蛋 高麗菜 紅蘿蔔 溫沙拉 Salade Tiede
		熱量	608	520	610	587
		飲品	鮮奶/黑豆漿 Milk/Black Soybean Milk	蜜桃綠茶/豆漿 Peach Green Tea / Soybean Milk	鮮奶綠/古早味冬瓜茶 Milk Green Tea / White Gourd Tea	紅茶豆漿/可爾必思 Soybean Milk with Black Tea/ Calpis
午餐 Lunch	西式	套餐	味噌燒肉套餐	蒜香炸雞里肌套餐	南乳炸雞套餐	揚州碎金炒飯套餐
		主食	糙米飯 Brown Rice	白飯 Grain Rice	白飯 Rice	揚州碎金炒飯 Shredded Pork Fried Rice
		主菜 (必選)	味噌燒肉 Braised Pork with Miso	蒜香炸雞里肌 Roasted Chicken Tenderloins	◎南乳炸雞 Fried Chicken	
			豬肉角 馬鈴薯 洋蔥 薑 味噌	雞里肌*3	雞胸丁 紫洋蔥 豆腐乳 紅糟醬	白米 豬肉絲 高麗菜 雞蛋 洋蔥 紅蘿蔔 青蔥
		副菜 1	杏鮑菇炒雞丁 Stir-fried King Oyster Mushroom and Diced Chicken	◎△迴風燒魚丁(含芝麻) Deep-fried Fish Dices (contain Sesame)	◎雞腿肉絲 Stir-fried Shredded Pork with Scallion	鐵路大排 Braised Pork Chop
		副菜 2	雞胸丁 杏鮑菇 紅蘿蔔 梅乾菜燒豆腐 Braised Tofu with Preserved Vegetables	烏魚丁 蒜酥 豆腐 玉米炒蛋 Corn Scrambled Egg	豬肉絲 洋蔥 蔥 辣椒 ☆豆干 小魚 Dried Tofu and Anchovies	帶骨大排 毛豆蒸蛋 Steamed Egg with Edamame
	四選二	副菜 3	四角油細蘭 梅乾菜 辣椒 ☆涼拌青木瓜絲 Green Papaya Salad	雞蛋 玉米粒 涼拌雲耳 Black Fungus Salad	豆干片 小魚干 糯米飯 ◎金沙南瓜 Pumpkin With Salted Egg	板豆腐 紅蘿蔔 青蔥 涼拌碎花干 Bean Curd with Cilantro
		副菜 4	青木瓜 辣椒 香菜 魚露 麻婆豆腐 Mapo Tofu	雲耳 香菜 薑絲 塔香海菜 Stir-fried Kelp and Basil	南瓜 鹹蛋 蔥花 滷肉冬瓜 Braised White Gourd with Minced Pork	雞蛋 毛豆 和風洋蔥絲 Japanese Onion Salad
		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
		青菜 2	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	有機蔬菜 Organic Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable
		湯品	竹筍雞湯 Chicken Soup with Bamboo Shoots	銀耳薏仁湯 White Fungus and Job's Tears Soup	薑絲海芽湯 Kelp Sprouts Soup with Shredded Ginger	香菜蘿蔔排骨湯 Pork Ribs Soup with Radish and Carrot+Radish+Coriander
		水果	竹筍 雞排丁 芹菜 水果 Fruit	銀耳 薏仁 枸杞 紅棗 桂圓 水果 Fruit	海帶芽 薑絲 水果 Fruit	肉骨茶湯 Bak Kut Teh
	二選一	熱量	725	780	750	850
		麵食	辣味噌沾麵套餐	刺皮辣椒雞麵套餐	味噌鮮蝦烏龍麵套餐	擔擔麵套餐
		主食	烏龍麵 Udon	陽春麵 Noodles	烏龍麵 Udon	冬粉 Mung Beans Noodles
		主菜	湖豬肉片 Pork Slices	雞骨腿丁 Chicken Dices	★鮮蝦(20G)*2 Shrimps	◎豬肉角+豬軟骨丁 Pork
		副菜	雞蛋+筍片+紅蘿蔔 Egg+ Bamboo Shoots+ Carrot	刺皮辣椒+白蘿蔔 Fermented Chili+Radish	豬肉片+魚板 Pork Slices+ Fish Cake	冬瓜+芹菜+香菜 White Gourd+Celery+Coriander
		小菜	五香滷味 Braised Dishes	梅菜滷筍絲 Braised Bamboo Shoots with Preserved Vegetables	☆△冷滷甜不辣 Braised Tempura	涼拌碎花干 Bean Curd with Cilantro
晚餐 Dinner	泰式	青菜	大滾黑豆干*3 海帶串 豆芽菜+青蔥 Bean Sprouts+ Scallion	筍乾 梅菜 履歷蔬菜 Fresh Vegetable	甜不辣絲*5 綠花椰+香菇 Broccoli+ Mushroom	涼拌小黃瓜 Cucumber Salad
		湯品	辣味噌沾麵汁 Spicy Miso Sauce	刺皮辣椒雞湯底 Fermented Chili and Chicken Soup	☆味噌湯底(柴魚) Miso Soup (contain Bonito)	大骨湯底 Bone Broth
		水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
		熱量	780大卡	845	715	900
		套餐	泰式翅雞套餐	遠遙香烤豬腿套餐	素肉臭麵套餐	炭烤沙嗲雞肉套餐
		主食	小米飯 Millet Rice	糙米飯 Brown rice	黃油麵 Noodles	薑黃飯 Cumin Rice
	日式	主菜 1	泰式風味烤翅腿 Thai Roasted Chicken Drumette	遠遙香烤豬腿 Roasted Pork Brisket with Rosemary	素肉羹 Pork Strips	◎日式唐揚雞 Chicken Karaage
			翅小腿*3	豬排腿 遠遙香	豬肉柳	雞胸丁 芝麻
		主菜 2	泰式綠咖喱 Thai Pork Green Curry	蘿蔔蝦雞丁 Braised Diced Chicken and Radish	竹筍+香菇+蛋花 Bamboo Shoots+ Mushroom+ Egg Drop	豬肉丁 紅椒 鳳梨 紫洋蔥 香菜 花生粉 素沙茶 芝麻
		副菜 1	◎虎皮炸蛋 Deep-fried Eggs	三杯豆腐 3-Cup Tofu	△☆香滷甜不辣+豆干片 Braised Tempura + Dried Tofu	◎酥炸春捲 Deep-fried Spring Rolls
		副菜 2	雞蛋 履歷蔬菜 Fresh Vegetable	板豆腐 紅椒 九層塔 履歷蔬菜 Fresh Vegetable	甜不辣 豆干片 青蔥 川燙大白菜+紅蘿蔔 Blanched Chinese Cabbage + Carrot	春捲*2 履歷蔬菜 Fresh Vegetable
		水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
點心	點心	湯品	蒜頭蘿蔔雞湯 Chicken Soup with Garlic and Radish	芋頭排骨湯 Taro and Pork Ribs Soup	☆★紫魚沙茶湯底 Shacha Broth	珍珠紅茶 Bubble Black Tea
		熱量	745	815	850	780

△未加工品 Processed Food
◎表面炸物 Deep-fried Food
☆表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●表牛牛製品
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