

林口康橋幼兒園															
KCIS Preschool Lunch and Snack Menu, August 2025															
日期 Date	早餐 Breakfast	午餐 Lunch Menu's Detail					下午茶點心 Afternoon Snack	營養成分分析 Nutritional Analysis							
								全日 總量 (份)	全日 內量 (份)	蔬菜 量 (份)	水果 量 (份)	奶類 量 (份)	熱量 (Kcal)		
8/1 (五)	DIY豬肉刈包+黑糖牛乳 Guabao+Brown Sugar Milk	特餐	台式肉燥炒飯 Stir-fried Rice	◎馬告肉排 Pork Chop	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	薑絲冬瓜湯 White Gourd Soup	奶皇包+蜂蜜仙草茶 Custard Bun+Honey and Grass Drink	6	2	2.0	1.5	0.8	782	
	刈包 豬肉柳 白干絲 酸菜 花生粉+黑糖 奶粉(麵、奶)		白米 豬肉絲 高麗菜 紅蘿蔔 香菇 青蔥 紅蘆筍	里肌肉排切 馬告			冬瓜 洋葱仁 薑絲	奶皇包(麵、奶、蛋)+仙草蜂蜜							
8/4 (一)	蒸地瓜條+黑豆漿 Steamed Sweet Potato Sticks+Black Soy Milk	糙米飯 Brown Rice	薑燒豬肉 Ginger Braised Pork Slices	芹香炒豆干 Stir-fried Dried Tofu with Celery	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	☆鳳梨苦瓜丁香湯 Bitter Gourd and Pineapple Soup	蔥油拌麵 Scallion Oil Noodles	6	2	2.0	1.5	0.8	782	
	地瓜+黑豆漿	糙米、白米	豬肉片 佛手瓜 洋葱 薑	白豆干 紅蘿蔔 香菇 芹菜			苦瓜 鹹鳳梨 小魚乾	白麵 豬肉絲 綠豆芽 季節蔬菜 蔥花 紅黑頭(麵)							
8/5 (二)	山藥薏仁雞肉粥 Chicken Congee with Chinese Yam and Job's Tears	白飯 Rice	◎☆☆酥炸柳葉魚 Shishamo	白菜滷 Chinese Cabbage Stew	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	番茄豆腐湯 Tofu Soup with Tomato	墨西哥起司肉醬烤餅+無糖參茶 Mexican Cheese Tortilla + Barley Tea	5.8	2.1	1.9	1.2	0.8	719	
	白米 清肉丁 山藥 洋葱仁 枸杞 銀杏	白米	裹粉柳葉魚X2	大白菜 黑木耳 紅蘿蔔 香菇			板豆腐 番茄	墨西哥餅 豬絞肉 磨菇 洋葱 起司(麵)+大蒜							
8/6 (三)	家常肉燥湯麵 Homestyle Braised Pork Noodle Soup	特餐	●沙茶豬肉炒麵 Stir-Fried Noodles with Pork and Satay Sauce	香烤雞翅 Roasted Chicken Wing	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	製菜羹湯 Faat Choy Thick Soup	地瓜綠豆湯 Sweet Potato and Mung Bean Soup	6	2	2.1	2	0.8	791	
	圓拉麵 豬絞肉 季節青菜 豆芽菜 紅蘿蔔		黃油麵 豬肉片 空心菜 紅蘿蔔 洋葱 素沙茶(含芝麻)	雞翅			金針菇 豬肉絲 製菜	地瓜 綠豆 燕麥粒							
8/7 (四)	2種新鮮水果+麥片+鮮奶 Fruits+Cereal+Milk	白飯 Rice	安東燉雞 Korean Andong-style Braised Chicken	☆☆蘿蔔關東煮 Japanese-style Braised Radish	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	胡瓜排骨湯 Cucumber and Pork Ribs Soup	☆日式菇菇雞炊飯 Japanese-Style Chicken and Mushroom Rice	6.2	2.3	2.1	1.5	0.8	809	
	水果+麥片+鮮奶(麵、大豆、奶)	白米	雞胸丁 馬鈴薯 紅蘿蔔 寬粉 洋葱	白蘿蔔 茼蒿 小卷 柴魚露			胡瓜 龍骨丁 枸杞	白米 雞絞肉 香菇 鴻喜菇 洋葱 麵扣 蒜香魚							
8/8 (五)	★DIY 鰹魚玉米蛋可頌+薏仁漿 Tuna, Corn & Egg Croissant+Job's Tears Drink	特餐	韓式炸醬飯 Korean Ijjang Rice	◎韓式糖醋肉 Korean-Style Sweet and Sour Pork	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	茅雞湯 Sangyetang (Korean Ginseng Chicken Soup)	菠蘿餐包+桂花梅子飲 Pineapple Bun +Osmanthus Plum Drink	6	2	2.0	1.2	1.3	811	
	小可頌 鰹魚罐頭 玉米粒 雞蛋(麵、蛋)+薏仁漿(麵)		白米 豬絞肉 高麗菜 青豆 洋葱	豬肉柳 彩椒 洋葱			大白菜 雞排丁 糯米 紅棗 茅雞	菠蘿餐包(麵、奶、蛋)+ 梅子桂花							

◎裹油炸物 Deep-fried Food
☆☆表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
幼兒園飲品溫度6以下
幼兒園食材一律使用國產豬、牛肉
幼兒園未使用輻射污染食品
沙茶醬使用含芝麻的全蛋沙茶醬，不含花生成分

菜單開立：陳紅文(新北食品股份有限公司營養師)

菜單審核：(康橋國際學校林口校區營養師)

暑假愉快