

日期 Date		10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	
星期 Day		(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	
早餐 Breakfast	中式	主食	★泰式酸辣乾拌麵 Scaillon Oil Noodles 白麵 番茄 檸檬 青菜 魚露	★蘿蔔糕 Radish Cake 蘿蔔糕*2	油飯 Glutinous Sticky Rice with Soy Sauce 白米 豬肉絲 香菇 枸杞 青菜		
		副食 1	☆打拋豬肉 Stir-fried Minced Pork 豬絞肉 蒜粒 九層塔 檸檬 辣椒 魚露	泡菜炒肉片 Stir-fried Kimchi and Pork Slices 豬肉片 泡菜 大白菜 紅蘿蔔	◎酥炸雞排 Deep-fried Chicken Chop 雞腿排		
		副食 2	荷包蛋 Sunny-side-up 雞蛋	蘑菇炒蛋 Scrambled Eggs with Mushrooms 雞蛋 蘑菇 洋蔥	家常油蛋 雞蛋		
		副食 3	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	紅絲高麗菜 Braised Cabbage with Shredded Carrot		
		熱量	594	570	520		
		套餐	蜜汁烤雞柳套餐	花生卡拉雞吐司套餐	墨西哥豬柳套餐		
	西式	主食	全麥葡萄小餐包 Whole Wheat Bun	白吐司 Toast 白吐司*2 花生醬	墨西哥餅 Tortilla 墨西哥餅		
		副食1	蜜汁烤雞柳 Roasted Chicken with Honey 雞里肌 白芝麻 蜂蜜	◎△炸雞排 Deep-fried Chicken Chop 卡拉雞排	墨西哥炒豬柳 Stir-fried Mexican Pork Tenderloin 豬肉柳 馬鈴薯 蕃茄 洋蔥		
		副食 2	馬鈴薯炒蛋 Scrambled Eggs with Potato 雞蛋 馬鈴薯 義式香料	玉米炒蛋 Scrambled Eggs with Corn Kernal 雞蛋 玉米	起司片 Cheese Slices		
		副食3	和風堅果沙拉 Salad 馬豆 苜蓿芽 紫洋葱 蜜柑 腰果	牛番茄、紫洋葱、豌豆苗 Tomato, Onion, Pea Seedling	凱薩沙拉 Caesar Salad 馬豆 紫高麗 紅蘿蔔 麵包丁 起司粉 美奶滋		
		熱量	603	610	597		
		飲品	米漿/洛神烏梅 Peanut and Rice Milk/Roselle and Plum Juice	鮮奶/檸檬紅茶 Milk/Lemon Black Tea	低糖豆漿/鮮奶綠 Low Sugar Soybean Milk/Green Milk Tea		
午餐 Lunch	套餐	梅菜臘豬排骨餐	泰式檸檬蒸魚套餐	南瓜豆腐魚豆腐飯套餐	豬腳雞丁套餐		
	主食	糙米飯 Brown rice	白飯 Rice	白飯 Rice	白飯 Rice		
	主菜 (必選)	梅菜臘豬排 Braised Pork Chop with Preserved Mustard 里肌肉排 梅干菜	☆泰式檸檬蒸魚 Steamed Fish with Soy Sauce 帶皮鮑魚片 香菜 紅椒 蒜 檸檬	南瓜豆腐魚豆腐飯 Pumpkin Lentil Rice 米 南瓜 紅蘿蔔 紅扁豆 青豆 豆漿	◎糖醋雞丁 Sweet and Sour Diced Chicken		
		副菜 1	涼拌酸菜雞胗 Chicken Gizzard with Preserved Mustard Green 雞胗 酸菜 洋葱 蒜	韓式辣炒豬肉 Korean Spicy Stir-fried Pork 豬肉片 豆芽菜 洋葱 蔥 白芝麻 蒜 韓式辣醬	◎柚香照燒豆包 Teriyaki Bean Curd with Pomelo 豆包 柚子醬	☆★大蝦魚白菜煲 Claypot Cabbage with Seafood 鰻魚丁 鮑魚 大白菜 鴻喜菇 蝦仁 蔥	
	副菜 2	毛豆炒蛋 Scrambled Eggs with Edamame 雞蛋 毛豆 紅蘿蔔	紅蘿蔔蒸蛋 Carrot Steamed Eggs 雞蛋 紅蘿蔔	墨西哥餅佐香料鷹嘴豆咖喱 Tortilla and Chana Masala 墨西哥餅 鷹嘴豆 番茄 洋葱 蒜 薑	蔥爆豆干 Stir-fried Dried Tofu with Scallion 豆干片 青蔥 辣椒片		
	副菜 3	蘿蔔燒麵輪 Braised Radish and Wheat Gluten 蘿蔔 麵輪 香菇 豬絞肉 茼蒿 小卷 青蔥	藝麥炒彩豆 Stir-fried Quinoa with Mixed Beans 豆干丁 毛豆 鷹嘴豆 紅藝麥	香菇麵筋滷白菜 Chinese Cabbage and Wheat Gluten 大白菜 木耳 香菇 麵筋泡 枸杞	大黃瓜炒金針菇 Stir-fried Cucumber and Enoki Mushrooms 大黃瓜 金針菇 紅蘿蔔		
	副菜 4	☆越式涼拌青木瓜絲 Green Papaya Salad 青木瓜 花生 辣椒 檸檬汁 魚露	◎酥炸巧克力小饅頭 Deep-fried Chocolate Bun 小饅頭 巧克力醬	川味涼拌豆包 Cold Salad of Tofu Skin 豆包 紅甜椒 小黃瓜 香菜 花椒	涼拌海椒 Kelp Salad 海帶根 紅蘿蔔 薑絲		
	青菜 1	時令蔬菜 Seasonal Vegetable 履歷蔬菜 Fresh Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable 有機蔬菜 Organic Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable 履歷蔬菜 Fresh Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable 有機蔬菜 Organic Vegetable		
	湯品	牛蒡山藥排骨湯 Pork Rib Soup with Burdock and Yam 牛蒡 山藥 龍骨丁	蜂蜜山粉圓甜湯 Chia Seeds Honey Soup 山粉圓 蜂蜜	裙帶菜味噌湯 Kelp Sprouts Miso Soup 油片絲 裙帶菜	金針排骨湯 Daylily and Pork Ribs Soup 金針花 龍骨丁		
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit		
	熱量	800	820	830	800		
	麵食	越南河粉套餐	刺皮辣雞麵套餐	柚香野蔬麵套餐	麻辣豬大排拉麵套餐		
	主食	飯條 Rice Noodles	陽春麵 Noodles	家常麵 Noodles	拉麵 Ramen		
	主菜	越式豬肉片 Pork Slices	佛腿丁+骨腿丁 Chicken Dices	豆包+冰皮蛋 Bean Curd +Boiled Egg	帶骨大排 Pork Chop		
	副菜	洋葱+△貢丸+檸檬 Onions+ Meat Ball+Lemon	刺皮辣椒+白蘿蔔+紅蘿蔔 Fermented Chili+Radish+ Carrot	紅蘿蔔+金針菇+香菇+洋葱 Carro+Enoki Mushrooms+Tomato+Onion	白煮蛋+玉米+青蔥 Egg+ Corn Kernels+ Scallion		
	小菜 1	△◎春捲 Spring rolls	◎酥炸巧克力小饅頭 Deep-fried Chocolate Bun	蜜汁豆干(含芝麻) Dried Tofu with Sweet Sauce with Sesame	涼拌海椒 Kelp Salad		
	二選一	春捲	小饅頭 巧克力醬	四方干 白芝麻 蜂蜜	海帶根 紅蘿蔔 薑絲		
	小菜 2	☆越式涼拌青木瓜絲 Green Papaya Salad 青木瓜 花生 辣椒 檸檬汁 魚露	蔥花蒸蛋 Steamed Egg with Scallion 雞蛋 青蔥	杯子蛋糕 Cup Cake 杯子蛋糕	☆日式秋葵(含芝麻) Okra 秋葵 白芝麻 柴魚露		
	青菜	豆芽菜+九層塔 Bean Sprouts+Basil	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable		
	湯品	☆塔香湯 Basil Soup	刺皮辣雞湯底 Fermented Chili Soup	柚香昆布湯底 Kombu Soup With Pomelo	麻辣豬骨湯底(含奶) Spicy and Pork Ribs Soup		
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit		
	熱量	732	845	780	840		
	晚餐 Dinner	套餐	原民風味套餐	酸辣湯麵套餐	唐揚雞排烏龍麵套餐		
		主菜 1	主菜	佛佐(鹹豬肉)炒飯 Salted Pork Fried Rice	黃油麵 Noodles	☆拌烏龍麵(含芝麻) Udon with Sesame	
				豬肉絲 Shredded Pork	◎唐揚雞塊 Chicken Karaage		
			白米 鹹豬肉 高麗菜 雞蛋 蔥花		雞胸丁 清肉丁 芝麻		
主菜 2		主菜	馬香烤雞腿 Roasted Chicken Chop with Makauy	板豆腐+蛋花+木耳+蔥花 Tofu+Egg Drop+Black Fungus+Scallion	雞蛋+玉米+蔥花+辣椒絲 Egg+ Corn+ Scallion+ Red Pepper		
			骨腿 馬香				
		副菜 1	腐竹燴胡瓜 Stir-fried Cucumber and Bean Curd	冷滷黑干 Braised Dried Tofu	滑溜毛豆莢 Edamame		
副菜 2		胡瓜 腐竹 紅蘿蔔	黑豆干 紅辣椒 青蔥	毛豆莢 Spinach			
副菜 2		履歷蔬菜 Fresh Vegetable	大白菜+竹筍+紅蘿蔔 Chinese Cabbage + Bamboo Shoots+	川燙菠菜 Spinach			
水果		水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit			
湯品		番茄蛋花湯 Tomato and Egg Drop Soup	☆酸辣湯底 Hot and Sour Thick Broth	味噌海芽湯 Miso Sea Sprout Soup			
熱量		850	900	760			

△表示加工品 Processed Food
◎表示油炸物 Deep-fried Food
☆表示魚類 Fish
★表示殼海鮮 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豬、未使用輻射污染食品