

日期 Date	3/16	3/17	3/18	3/19	3/20
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
早餐 Breakfast	主餐	水煎包 Pan-Fried Stuffed Bun	水餃 Dumplings	◎炸銀絲卷+煉乳 Fried Silver Thread Bun and Condensed Milk	沙茶麵線(含芝麻) Shacha Mianxian Thick Soup (contains Sesame)
	副食 1	黑胡椒炒肉片 Stir-Fried Pork Slices with Black Pepper	◎蒜香豬柳 Deep-Fried Pork Tenderloin	蝦絲卷(70G)煉乳 Garlic Pork Chop	紅絲線 竹筍絲 金針絲 紅蘿蔔 香菇 蛋沙茶 ☆△肉委 Meat Strips
	副食 2	番茄炒蛋 Scrambled Eggs with Tomato	△味香貢丸蛋花湯 Miso Meat Ball Soup	紅蘿蔔炒蛋 Scrambled Eggs with Carrot	滷蛋 Braised Egg
	副食 3	雞蛋番茄 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable
	熱量	592	610	595	604
	套餐	墨西哥捲餅套餐	巧克力餐包套餐	黑麥小餐包套餐	塔塔蝦餅吐司套餐
	主餐	墨西哥餅 Tortilla	巧克力餐包 Chocolate Bun	黑麥小餐包 Rye Bun	白吐司 White Toast
	副食 1	墨西哥風味豬柳 Stir-Fried Mexican Pork Tenderloin	◎塔香鹹酥雞 Deep-Fried Chicken with Basil	照燒鮮嫩雞柳 Teriyaki Chicken Tender	△◎★炸蝦餅佐塔塔醬 Deep-Fried Shrimp with Tartar Sauce
	副食 2	雞肉片 馬鈴薯 蕃茄 洋葱 Chicken Slices	洋芋蛋沙拉 Potato Egg Salad	水煮蛋 Boiled Eggs	荷包蛋 Sunny-Side-Up
	副食 3	起司片 Cheese Slices	雞蛋 馬鈴薯 玉米 美乃滋 Salade Tiede	海蔴和風沙拉 Seaweed Japanese-Style Salad	雞蛋 Egg
飲品	鮮奶蜂蜜紅茶 Milk/honey Red Tea	熱可/米漿 Hot Cocoa/Peanut and Rice Milk	桂圓紅棗茶/鮮奶 Longan and Dates Tea /milk	黑芝麻豆漿/柳橙綠茶 Black Sesame Soy Milk / Orange Green Tea	
午餐 Lunch	主餐 (必選)	◎馬香排骨飯 Deep-Fried Pork Dices with Makauy	☆蒜香豆豉蒸魚 Steamed Fish with Fermented Soybean Paste	●茄絲牛肉 Braised Beef	◎左宗雞 Stir-Fried Chicken with Chili
	副食 1	義大利雞 Italian Chicken Stew	☆黃芽炒肉片 Stir-Fried Vegetables and Pork	◎五香鹹雞丁 Deep-Fried Chicken Dices	◎客家小炒 Hakka Stir-Fry
	副食 2	蔥花蒸蛋 Steamed Egg with Scallion	南瓜豆腐煲 Pumpkin and Tofu Stew	芹菜炒豆干 Stir-Fried Dried Tofu and Celery	酸漿炒麵 Stir-Fried Wheat Gluten Roll
	副食 3	◎紅△碎式炒魚餅(含芝麻) Korean Stir-Fry Fish Cake (contains Sesame)	泰式打拋豬 Thai Basil Stir-Fried Eggplant	韓式辣蘿蔔 Korean Pickled Radish	咖哩時蔬 Curry
	副食 4	魚柳油片絲 洋葱 蔥花 白芝麻 Fried Dried Tofu with Zha Jiange Sauce	☆細果大蝦 Braised Radish	紅油水餃 Dumplings in Chili Oil	紅片扁擔 Stir-Fried Bottle Gourd
	青菜 1	碎丁丁 豬絞肉 紅蘿蔔 毛豆仁 Seasonal Vegetable	白蘿蔔 蔥花 蒜末 毛豆仁 Seasonal Vegetable	水餃 2 蒜泥 青蔥 芝麻 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	有機蔬菜 Organic Vegetable
	湯品	☆花瓜 苦瓜 雞湯 Bitter Melon Chicken Soup	芋頭 芋圓 仙草 Taro Balls and Grass Jelly	竹筍雞湯 Bamboo Shoots and Chicken Soup	味噌海帶湯 Miso Soup with Kelp Sprouts
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	800	850	820	850
晚餐 Dinner	主餐	白飯 Noodles	陽春麵 Noodles	烏麵 Noodles	烏龍麵 Udon
	主餐	豬肉片+豬排骨丁 Pork	樟腿丁+骨腿丁 Chicken Dices	☆◎水餃魚丁 Fish Dices	五花肉片 Pork Slices
	副食	油豆腐+金針菇+青蔥 Oily Tofu and Enoki Mushroom and Scallion	剝皮辣椒+白蘿蔔+紅蘿蔔 Fermented Chili and Radish and Carrot	凍豆腐+肉燥+蛋酥+蔥花+香菜 Frozen Tofu and Conch and Crispy Egg Floss and Scallion and Coriander	青蔥+海苔絲 Scallion and Seaweed
	小食 1	蔥花蒸蛋 Steamed Egg with Scallion	編菜油筍絲 Braised Bamboo Shoots with Preserved Vegetables	台式泡菜 Taiwanese Kimchi	韓式醬燻馬鈴薯 Korean Braised Potato
	小食 2	◎◎△碎炸魚丸 Deen-Fried Cuttlefish Ball	香滑筒仔米糕 Braised Bean Curd	紅油水餃 Dumplings in Chili Oil	△香滑米糕 Pie Blood Cake
	青菜	川燙高麗菜 Blanched Cabbage	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	大白菜+木耳 Chinese Cabbage and Black Fungus	川燙青豆芽 Blanched Soy Sprouts
	湯品	肉骨茶湯底 Bak Kut Teh	剝皮辣椒雞湯底 Pickled Peeled Chili Chicken Soup	★沙茶蝦皮湯底(含芝麻) Sacha Soup (contains Sesame)	豬肉湯底 Pork Broth
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
	熱量	850	845	725	850
	套餐	玉米炒飯套餐	麻婆豆腐蓋飯套餐	泰式炒飯套餐	咖哩雞柳外飯套餐
主餐	玉米肉絲炒飯 Fried Rice with Corn and Shredded Pork	麻婆豆腐蓋飯 Mapo Tofu Rice	☆★泰式炒飯(含花生) Pad Thai	白飯 Rice	
主餐 1	白米 豬肉絲 高麗菜 玉米 紅蘿蔔 青蔥	白米 飯豆 豬絞肉 蔥花	飯條 豬肉絲 豆芽菜 紅蘿蔔 雞蛋 蝦仁 韭菜 蝦米 花生 芝麻 魚露	◎香酥雞肉柳 Deep-Fried Chicken Strips	
主餐 2	蒜香炸雞 Roasted Chicken Drumstick	☆△蒲燒鯛魚 Kabayaki Sea Bream	◎☆檸檬椒鹽炸雞 Lemon Fried Chicken	日式蔬食咖哩 Japanese Curry	
副食 1	荷包蛋 Sunny-Side-Up	胡麻四季豆 Green Bean with Sesame Sauce	泰式涼拌菜豆 Legume Salad	日式醬油蛋 Japanese Braised Egg	
副食 2	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	水煮雙花 Blanched Cauliflower and Broccoli	
湯品	番茄豆腐湯 Tomato and Tofu Soup	馬鈴薯排骨湯 Potato and Pork Ribs Soup	金針雞湯 Daylily and Chicken Soup	黑糖粉圓紅茶 Brown Sugar Powder Round Black Tea	
熱量	820	850	850	800	

△表加工品 Processed Food
◎表油炸物 Deep-fried Food
☆表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
●表牛乳製品
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，未使用輻射污染食品