

日期 Date	5/25	5/26	5/27	5/28	5/29	
星期 Day	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	
早餐 Break -Fast	主餐	雙色饅頭*2(30g) Steamed Bun*2	菲律賓蒜飯 Sinangag	蘑菇醬蝦飯烏龍麵 Teppanyaki Noodles with Mushroom Sauce	豆沙包 Bean Buns	
	副食 1	雞卷饅頭 黑糖饅頭	赤蒜頭蔥花	大烏龍麵 豬肉絲 蘑菇 洋蔥 紅蘿蔔 玉米粒	豆沙包	
	副食 2	豉汁排骨 Braised Pork Ribs with Soy Sauce	菲律賓醃燒雞 Filipino Braised Chicken	◎酥炸烤排 Braised Thai-Style Pork Chop	蜜汁烤雞翅 Roasted Honey Chicken Wing	
	副食 3	豬肉角 芋頭 豆豉	雞胸丁 洋蔥 蒜 毛豆 香菜粉 蘋果醋	里肌肉排	雞翅	
	熱量	460	450	502	460	
	套餐	墨西哥捲餅套餐	鮭魚煎果吐司套餐	奶油餐包套餐	奶油鮭魚燻鮭魚套餐	
	主餐	墨西哥餅 Tortilla	全麥吐司 Whole Wheat Toast	奶油餐包 Butter Bun	奶油鮭魚燻鮭魚 Creamy Salmon Pasta	
	副食 1	墨西哥餅 Tortilla	全麥吐司 Whole Wheat Toast	奶油餐包*1 Butter Bun	照燒鮮嫩雞柳 Teriyaki Chicken Tender	
	副食 2	起司片 Cheese Slices	玉米起司炒蛋 Scrambled Eggs with Corn and Cheese	原味優格 Yogurt	紅片青花 Stir-Fried Broccoli with Carrot	
	副食 3	凱薩沙拉 Caesar Salad	雞卷、番茄 Lettuce, Tomato	海蔞和風沙拉 Seaweed Japanese-Style Salad	紅片青花 Stir-Fried Broccoli with Carrot	
熱量	510	600	600	530		
飲品	鮮奶/古早味冬瓜茶 Milk/White Gourd Tea	仙草茶/蔞仁漿 Herbal Tea/ Job's Tears Milk	麥茶歐蕾/寶香港神花茶 Barley Milk Tea/Roselle Honey Tea	黑豆漿/大麥茶 Black Soybean Milk/Barley Tea		
午餐 Lunch	主餐	三杯雞 Three-Cup Chicken	鹽焗雞 Salt and Pepper Chicken	茄汁豬腩片 Tomato Sauce Pork Slices	糖醋雞丁 Sweet and Sour Diced Chicken	
	副食 1	雞胸丁 骨腿丁 九層塔 薑片	帶皮鮑魚排	豬肉片 豆腐 蕃薯 洋蔥 青蔥	雞胸丁 紅椒 鳳梨片	
	副食 2	黃金泡菜肉片 Stir-Fried Pork Slices and Golden Kimchi	日式咖哩豬 Curry	蘿蔔燒雞 Braised Radish and Chicken	☆★海鮮粉絲羹 Seafood and Mung Bean Noodles Stew	
	副食 3	涼拌碎花干 Bean Curd with Cilantro	紅蘿蔔蒸蛋 Steamed Egg with Carrot	蜜汁豆干(含芝麻) Dried Tofu with Sweet Sauce with Sesame	水須炒蛋 Scrambled Eggs with Vegetables	
	副食 4	金平牛蒡 Kinpira Gobo	魚片燴冬瓜 Braised White Gourd with Pork	四方干 白芝麻 蜂蜜 Stir-Fried Cucumber and Egg	白菜凍豆腐 Chinese Cabbage and Frozen Tofu Stew	
	副食 5	台式炸醬 Taiwanese Pork Sauce	冬瓜 豬絞肉 香菇 蒜 蔥 豆瓣醬 Black Fungus Salad	大黃瓜 雞卷 Eggplant Salad	杏仁地瓜泥 Mashed Sweet Potato	
	副食 6	碎干丁 豬絞肉 紅蘿蔔 青豆仁 Seasonal Vegetable	雲耳 香菇 薑絲 Seasonal Vegetable	茄子 蒜 香菜 辣椒 Seasonal Vegetable	蘿蔔糕 Seasonal Vegetable	
	副食 7	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	金針排骨湯 Daylily and Pork Ribs Soup	黑糖綠豆薏仁甜湯 Mung Bean and Job's Tears Soup	海芽排骨湯 Seaweed and Pork Rib Soup	竹筍香菇湯 Chicken Soup with Bamboo Shoots and Mushroom	
	水果	金針花 蘿蔔丁	洋蔥 仁 綠豆 黑糖	龍骨丁 海帶芽 薑絲	竹筍 雞排丁 香菇	
熱量	820	780	800	735		
麵食	雞白湯拉麵套餐	台南炸醬麵套餐	味噌焗鮮烏龍麵套餐	麻婆肉絲麵套餐	紅燒牛肉麵套餐	
主餐	拉麵 Ramen	陽春麵 Noodles	烏龍麵 Noodles	家常麵 Homestyle Noodle	●牛肉 Beef	
主餐	雞肉柳 Chicken Tenderloin	豬肉片 Pork Slices	★鮮蝦(20G)*2 Shrimp	豬肉片 Pork	●牛肉 Beef	
副食	玉米粒+筍干+蒜洋蔥+蔥花 Corn Kernel and Dried Bamboo Shoots and Red Onion and Scallion	肉燥+油蛋 Braised Minced Pork and Braised Egg	△☆豬肉片+魚板 Pork Slices and Fish Cake	△貢丸+板豆腐+蔥段 Meat Ball and Tofu and Scallion	紅蘿蔔+白蘿蔔 Carrot and Radish	
小食 1	蒜香烤南瓜 Roasted Pumpkin with Garlic	△香滷豬血糕 Pig Blood Cake	醋溜涼拌青蔬 Vinegar-Dressed Chilled Vegetables	花生滷味 Peanuts Braised Dishes	蜜汁豆干 Dried Tofu with Hoey Sauce	
小食 2	海沙菜 Stir-Fried Legumes	黑香菇炒肉 Black Fungus Salad	素蹄香紅蘿蔔洋蔥花生 Teriyaki Only Tofu	小黃瓜 麵筋 花生 Bean Curd with Cilantro	四方干 白芝麻 Japanese Kelp	
青菜	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	豆芽菜+韭菜 Bean Sprouts and Chinese Chives	綠花椰+香菇 Broccoli and Mushroom	花生醬 Fresh Vegetable	裙帶菜 筍絲 紅蘿蔔 黑木耳	
湯品	雞高湯 Chicken Soup	油蔥湯底 Challot Soup	△味噌湯底(柴魚) Sapporo Miso Soup	麻辣豬肉湯底 Spicy Pork Soup	紅燒牛肉湯底 Stewed Beef Soup	
水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
熱量	820	780	715	830	810	
晚餐 Dinner	主餐	古早味油飯 Steamed Sticky Rice	油麵 Noodles	◎日式唐揚雞蓋飯 Chicken Karaage Rice	香茅薑黃飯 Lemongrass Rice	
	主餐 1	白灼豬肉絲 薑蔥 青蔥 枸杞	魚片丁+豬肉片 Diced Fish and Sliced pork	白米 雞胸丁 清肉丁 黑芝麻 Japanese-Style Braised Eggs and Fish Cakes	◎南洋炸豬排 Deep-Fried Pork Chop	
	主餐 2	椒鹽雞腿 Braised Chicken with Chestnuts	凍豆腐+角螺+九層塔 Frozen Tofu and Bean Curd and Basil	◎日式醬油蛋+油醋不辣 Japanese-Style Braised Eggs and Fish Cakes	爪哇咖哩 Java Curry	
	副食 1	梅腿 栗子 辣椒 蒜	漢式涼拌高麗菜 Yunnan-Style Cabbage	日式漬黃瓜 Japanese Cucumber	越式涼拌高麗菜 Vietnam Radish Salad	
	副食 2	蔥燒豆腐 Braised Tofu	高麗菜 紅蘿蔔 洋蔥 香菜 蒜頭 辣椒	小黃瓜 鹽焗布 白芝麻	白蘿蔔 紅蘿蔔 檸檬汁	
	副食 3	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	履歷蔬菜 Fresh Vegetable	
	水果	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	
	湯品	△芹香蘿蔔丸片湯 Radish Soup with Sliced Meat Ball	★叻沙湯底(含花生、奶) Laksa Soup Base (contains Peanuts and Dairy)	山藥雞湯 Yam Chickpea Soup	珍珠奶綠 Bubble Milk Green Tea	
	熱量	840	850	850	800	880

△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