

康橋國際學校林口校區 115年3月 美食街輕食菜單
Restaurant Menu, Mar, 2026

		日期Date	2026/3/9	2026/3/10	2026/3/11	2026/3/12	2026/3/13
		星期Day	週一	週二	週三	週四	週五
午餐 Lunch	輕食套餐	套餐	輕食A餐	輕食A餐	輕食A餐	輕食A餐	輕食A餐
		主食	沙茶香炒豬肉飯 Shacha Stir Fried Pork Rice	梅干豬肉麵 Preserved Mustard Greens Pork Noodles	番茄燴豬飯 Tomato Braised Pork Rice	●韓式牛肉飯 Korean Beef Rice	泰式打拋豬肉飯 Stir-Fried Minced Pork Rice
		食材內容	白米、豬五花、季節時蔬、洋蔥、蔥、蒜頭	關廟麵、豬五花、時蔬、梅乾菜、蒜頭	白米、豬五花、牛番茄、洋蔥、蒜頭	白米、牛五花、雞蛋、豆芽、紅蘿蔔、小黃瓜、木耳、海苔、蔥花、韓式辣醬	白米、豬絞肉、小番茄、香茅、辣椒、檸檬葉、九層塔
		副菜1	大黃瓜炒蛋 Cucumber and Egg Stir-Fry	芹菜炒干絲 Stir-Fried Celery with Dried Bean Curd	黑胡椒毛豆炒蛋 Black Pepper Edamame and Egg Stir-Fry	胡麻四季豆 Sesame Green Beans	泰式青木瓜 Thai Green Papaya
		副菜2	雞蛋、大黃瓜、紅蘿蔔	豆干絲、芹菜、木耳、紅蘿蔔	雞蛋、毛豆	四季豆、胡麻醬(含芝麻)	青木瓜、洋蔥、小番茄、紅蘿蔔、香菜
		湯品/飲品	洋蔥濃湯 Creamy Onion Soup	芋頭西米露 Taro Sago Pudding	香菇玉米湯 Mushroom Corn Soup	蛋花湯 Egg Soup	紅燒蘿蔔湯 Braised Radish Soup
		食材內容	洋蔥、奶油	芋頭、西谷米、椰奶	香菇、玉米、雞骨	蛋、蔥花、昆布	白蘿蔔、紅蘿蔔
		水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit
		熱量	795	803	815	780	765
		全穀雜糧類(份)	4.0	4.0	4.6	4.0	4.0
	豆魚蛋肉類(份)	4.5	4.6	4.5	4.6	4.0	
	蔬菜類(份)	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	
	油類(含堅果種子類)(份)	1.5	1.5	1.0	1.0	1.0	
	水果類(份)	1.0	1.0	1.0	1.0	1.5	
	奶類(份)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	套餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	輕食B餐	
	主食	★茄汁海鮮義大利麵 Tomato Sauce Chicken Pasta	●青醬牛肉燴飯 Pesto Beef Rice	黑胡椒蔥雞丁拌麵 Black Pepper Scallion Chicken Noodles	蔥爆豬肉堡 Stir Fried Scallion Salted Pork Burger	●紅燒牛片麵 Braised Beef Slice Noodles	
	食材內容	義大利麵、魷魚、白蝦、季節時蔬、洋蔥、蒜頭	白米、牛五花、鴻喜菇、洋蔥、蒜頭	關廟麵、雞腿丁、季節時蔬、洋蔥、蔥	豬肉、漢堡、生菜、洋蔥、蒜苗、蒜頭	陽春麵、牛五花、季節時蔬、紅蘿蔔、白蘿蔔	
	湯品/飲品	洋蔥濃湯 Creamy Onion Soup	芋頭西米露 Taro Sago Pudding	香菇玉米湯 Mushroom Corn Soup	蛋花湯 Egg Soup	紅燒蘿蔔湯 Braised Radish Soup	
	食材內容	洋蔥、奶油	芋頭、西谷米、椰奶	香菇、玉米、雞骨	蛋、蔥花、昆布	白蘿蔔、紅蘿蔔	
水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit		
熱量	720	844	758	724	665		
全穀雜糧類(份)	4.0	4.8	4.0	3.3	3.0		
豆魚蛋肉類(份)	3.5	4.1	4.0	4.5	4.0		
蔬菜類(份)	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0		
油類(含堅果種子類)(份)	1.5	2.0	1.5	1.0	1.0		
水果類(份)	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0		
奶類(份)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
晚餐 Din Ner	輕食套餐	主食	沙嗲雞丁佐麵包 Satay Chicken Diced with Bread	肉骨茶麵 Bak Kut Teh Noodles	豆乳豬肉飯 Soy Milk Braised Pork Rice	☆咖哩魚佐白飯 Curry Fish Fillet with Rice	
		食材內容	雞腿丁、軟法、生菜、牛番茄、洋蔥	油麵、豬肉片、季節時蔬、白蘿蔔、香菇、蒜頭	豬五花、白米、高麗菜、季節時蔬、白芝麻、豆乳醬	白米、巴沙魚、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、咖哩塊	
		飲品	蔬菜湯 Vegetable Soup		豆腐味噌湯 Tofu Miso Soup	地瓜甜湯 Sweet Potato Soup	
		食材內容	季節時蔬		豆腐、味噌	地瓜、黑糖、薑汁	
		水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	
		熱量	700	680	773	800	
		全穀雜糧類(份)	3.5	3.0	4.0	4.6	
		豆魚蛋肉類(份)	4.0	4.2	4.5	4.0	
		蔬菜類(份)	2.0	2.0	2.0	2.0	
		油類(含堅果種子類)(份)	1.0	1.0	1.0	1.5	
水果類(份)	1.0	1.0	1.0	1.0			
奶類(份)	0.0	0.0	0.0	0.0			

☆表示含有魚類餐點
★表示含有帶殼海鮮餐點
△表示含有加工品
●表示含有牛羊餐點
食材一律使用國產豬
本校未使用輻射污染食品