

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	2026/3/16	2026/3/17	2026/3/18	2026/3/19	2026/3/20
		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	★海鮮豆腐煲佐白飯 Seafood Tofu with Steamed Rice	豆干丁滷肉飯 Braised Pork Rice with Diced Dried Tofu	★肉絲米粉炒 Stir-Fried Rice Vermicelli with Shredded Pork	蒜香奶油雞佐白飯 Garlic Butter Chicken Wings Penne	蜜燒雞腿飯 Honey Glazed Chicken Leg Rice
		食材內容	白米、魷魚、巴沙魚、洋葱	白米、蛋、豆干丁、豬絞肉、蒜頭	米粉、豬肉絲、高麗菜、紅蘿蔔、香菇、木耳、金勾蝦	斜管麵、雞肉丁、季節時蔬、洋葱、奶油、蒜頭	白米、雞腿排、季節時蔬、白芝麻
		副菜1	奶香杏鮑菇 Creamy King Oyster Mushroom	梅干漬桂竹筍 Braised Dried Plums and Bamboo Shoots	蔥蛋 Scallion and Egg	彩椒雙菇 Bell Pepper with Mushrooms	紅燒豆腐 Braised Tofu
		副菜2	杏鮑菇、奶油、蒜頭	桂竹筍、梅乾菜	雞蛋、蔥花	鴻喜菇、紅黃椒、長豆	板豆腐、玉米筍、紅蘿蔔
		時令蔬菜 Seasonal Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable	時令蔬菜 Seasonal Vegetable
		湯品/飲品	紫菜蛋花湯 Egg Seaweed Soup	紅棗銀耳湯 Red Date and White Fungus Soup	蔬菜豆腐湯 Vegetable Tofu Soup	酸辣湯 Hot Sour Soup	番茄豆腐湯 Tomato Tofu Soup
		食材內容	紫菜、雞蛋、昆布	白木耳、蓮子、紅棗	季節時蔬、豆腐、昆布	雞蛋、豆腐、豬肉絲、木耳、紅蘿蔔	豆腐、牛番茄、洋葱
		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	773	774	738	720	780
	全穀雜糧類(份)	4.0	4.3	3.5	4.0	4.0	
	豆腐蛋肉類(份)	4.2	4.0	4.5	3.5	4.6	
	蔬菜類(份)	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	
	油酯及堅果種子類(份)	1.5	1.0	1.0	1.5	1.0	
	水果(份)	1.0	1.3	1.0	1.0	1.0	
	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	三杯雞堡 Three-Cup Chicken Burger	韓式牛炒冬粉 Kimchi Stir-Fried Beef with Glass Noodles	●泰檸牛肉拌河粉 Thai Lime Beef Rice Noodles	豚骨湯拉麵 Tonkotsu Ramen	●黑胡椒牛飯 Black Pepper Beef Rice	
	食材內容	雞腿丁、漢堡、洋葱、生菜、九層塔	牛五花、冬粉、韓式辣醬、洋葱、木耳、蒜頭	河粉、牛肉片、紫洋葱、時蔬、辣椒、檸檬、蒜頭	拉麵、豬五花、玉米粒、豆芽菜、筍絲、海苔、木耳、蔥、蒜	白米、牛五花、洋葱、甜椒、芹菜	
	湯品/飲品	紫菜蛋花湯 Egg Seaweed Soup	紅棗銀耳湯 Red Date and White Fungus Soup	蔬菜豆腐湯 Vegetable Tofu Soup	酸辣湯 Hot Sour Soup	番茄豆腐湯 Tomato Tofu Soup	
食材內容	紫菜、雞蛋、昆布	白木耳、蓮子、紅棗	季節時蔬、豆腐、昆布	雞蛋、豆腐、豬肉絲、木耳、紅蘿蔔	豆腐、牛番茄、洋葱		
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	723	718	718	735	758		
全穀雜糧類(份)	3.5	3.0	3.0	4.0	4.0		
豆腐蛋肉類(份)	4.3	4.0	4.3	4.0	4.3		
蔬菜類(份)	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0		
油酯及堅果種子類(份)	1.0	1.5	1.0	1.0	1.0		
水果(份)	1.0	1.5	1.5	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	★台式炒烏龍 Taiwanese-Style Stir-Fried Udon	麻油雞麵線 Sesame Oil Chicken with Thin Wheat Noodles	綠咖哩雞佐白飯 Green Curry Chicken with Rice	★什錦海鮮燴飯 Mixed Seafood Rice	
		食材內容	烏龍麵、豬肉、蛋、洋葱、高麗菜、香菇、蔥、蝦米	麵線、雞腿、高麗菜、薑、枸杞	白米、雞腿丁、長豆丁、季節時蔬、九層塔	白米、豬肉絲、魷魚、蝦仁、高麗菜、香菇	
		飲品	玉米排骨湯 Corn Pork Rib Soup		南瓜濃湯 Cream Pumpkin Soup	紅豆鷹嘴豆甜湯 Red Bean Chickpea Soup	
		食材內容	玉米、排骨		南瓜、洋葱、奶油、動物性鮮奶油	紅豆、鷹嘴豆	
		水果	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	季節水果 Fruit	
		熱量	765	710	836	777	
		全穀雜糧類(份)	4.0	3.0	4.8	4.6	
		豆腐蛋肉類(份)	4.1	4.0	4.0	4.0	
		蔬菜類(份)	2.0	2.0	2.0	2.0	
		油酯及堅果種子類(份)	1.5	2.0	2.0	1.0	
水果(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