

日期		3月10日		3月11日		3月12日		3月13日		3月14日			
餐別		週一		週二		週三		週四		週五			
餐別	類別	每份所含熱量(大卡)		每份所含熱量(大卡)		每份所含熱量(大卡)		每份所含熱量(大卡)		每份所含熱量(大卡)			
		每份	每份所含重量(公克)	每份	每份所含重量(公克)	每份	每份所含重量(公克)	每份	每份所含重量(公克)	每份	每份所含重量(公克)		
早餐	中式早餐			荷香鹹粥套餐 (內容物:荷絲、肉絲、紅蘿蔔絲、香菇、蝦米、油蔥酥) 荷包蛋		豬肉炒麵套餐 (內容物:黃油麵、絞肉、紅蘿蔔、鰾白菜、高麗菜、蝦米) 豆腐蛋花湯		古早味炒麵套餐 (內容物:洋蔥) 翡翠雞丁 紅蘿蔔炒蛋 蒜香青江菜		肉鬆蛋餅套餐 (內容物:蛋餅皮、肉鬆、雞蛋) 西芹炒豆干 蒜泥燙高菜			
	西式早餐			焗烤厚片套餐 (內容物:厚片土司、火腿片、起司絲、番茄片、玉米粒) 歐姆蛋 蒜香青花菜		葡萄吐司套餐 (內容物:葡萄吐司) 照燒雞丁 義式烤食蔬 水煮蛋		豬肉漢堡套餐 (內容物:芝麻漢堡、豬肉漢堡排、番茄片、小黃瓜) 洋蔥培根炒蛋		紅醬義大利麵套餐 (內容物:義大利麵、洋蔥、玉米粒) 義式烤雞丁 玉米滑蛋 蒜香青花菜			
	飲品	兩種可自取		五穀奶/薏仁漿		芝麻飲/黑豆漿		豆漿/可可亞		豆漿/奶茶			
自助餐	主食1	味噌雞腿 Slow Stew Chicken	204	23.1	△宮保雞丁 Spicy Stir-Fried Chicken	232	23.8	鳳梨彩椒雞丁 Stir-Fried Chicken	265	28	★紅醬鹹酥雞 Fried Chicken	322	23.8
	主食2	△黑胡椒菇菇豬肉 Stir-fried Pork	300	23.8	滷蹄膀 Slow Stewed Pork	360	21	泰式檸檬豬 Stir-fried Pork	247.5	23.1	碎瓜蒸肉 Steamed Pork	298	23.9
	主食3	◎烤蝦捲 Roasted Seafood	348	12.8	◎蒲燒鯛魚 Roasted Fish	360	21	紅燒紅目鮭 Braised Fish	159	20.3	二杯魷魚 Stir-fried Seafood	121	12.1
	副主菜	筍子雞丁 Slow Stewed Chicken	82.5	7.2	◎高麗菜鹹豬肉 Fried Pork and Cabbage	148.5	5.9	香蒜筍肉 Slow Stewed Pork	105	7.3	竹筍炒肉絲 Pan-Fry Pork	93.5	5.3
	副菜	◎蛋黃芋頭丸 Taro Balls	209	2.8	大頭菜炒蛋 Scrambled eggs	87.5	5.8	沙茶寬粉 Fried Bean Noodles	60	1.1	滷豆包 Stewed Tofu Skin	72.5	3.5
	副菜	日式蒸蛋 Steamed egg	77.5	7.1	豆豉豆腐 Tofu	82.5	5.6	◎麻婆豆腐 Spicy Tofu	105	5.6	火腿玉米炒蛋 Scrambled eggs	103	5.7
	副菜	枸杞高麗菜 Cabbage	40	0.7	韭香豆芽 Bean sprouts	37.5	0.6	薑絲冬瓜 Winter Melon	37.5	0.6	紅燒茄子 Braised Eggplant	60	0.6
	有機	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6
	速博麵屋	醬燒豬肉南瓜湯麵 Roasted Pork and Pumpkin Noodle Soup	749	40.6	牛肉湯餃 Beef Soup dumplings	763	42	★紅燒炸豬排麵 Noodles with Fried Pork	655	31	沙茶豆腐雞肉鍋 Noodles with Chicken	607	36.5
	世界廚房	美式醬佐漢堡排骨套餐 American sauce with bread	702	36.5	青醬培根燻火腿 Pasta with Pesto sauce	757.5	35.8	手工紅醬焗烤千層麵 Baked Lasagna with Tomato Sauce	642.5	30.2	◎韓式烤肉飯 Korean Barbecue Rice	825	42.6
米樂飯館	培根炒飯 Bacon Fried Rice	713	36.2	★◎韓式洋蔥炸雞飯 Fried Chicken Rice	800	51.4	★蝦捲拼炸雞腿飯 Seafood with Fried Chicken Rice	870	40.6	左宗雞飯 Chicken rice	804	55.7	
風味食堂	★肉燥乾拌麵 Dry Noodles with Meat Sauce	786.2	47.4	◎香菇肉絲油飯 Glutinous Oil Rice	832	41.7	肉燥飯 Pork Rice	731.5	42.3	豬腳麵線 Vermicelli with pork leg	758	37	
附品	水果	季節水果 Seasonal Fruits	60	0	季節水果 Seasonal Fruits	60	0	季節水果 Seasonal Fruits	60	0	季節水果 Seasonal Fruits	60	0
	鹹湯品	海帶芽豆腐湯 Seaweed Soup	12.5	0.9	薑絲冬瓜湯 Ginger Melon Soup	5	0.2	蘿蔔雞湯 Radish Soup	12.5	0.9	◎酸辣湯 Hot & Sour Soup	12.5	0.9
	甜湯品	地瓜甜湯 Sweet Potato Soup	35	1	八寶豆甜湯 Bean Sweet Soup	35	1	紅豆甜湯 Red Bean Soup	35	1	綠豆薏仁甜湯 Green Bean Barley Soup	35	1
	主食	白飯 Steamed Rice	280	8	糯米飯 Brown Rice	280	8	燕麥飯 Plain Cooked Rice	280	8	藜麥飯 Quinoa Rice	280	8
	輕食1	奶油培根披薩 Creamy Bacon Pizza	648	22.5	麥芽雙雞漢堡 Hamburger with Chicken Nuggets	724	29.5	檸檬雞柳可頌堡 Lemon Chicken Croissant	605	27.7	泡菜牛肉披薩 Kimchi Beef Pizza	662	26.7
輕食2	紐奧良雞排 Chicken Leg Steak	178	21.5	薯餅 Hash browns	205	2	小熱狗 Hot dog	215	6.7	洋蔥圈 Onion Ring	196	2.5	
	原味優酪乳 Yogurt Drink	140	6.5	美祿 Milo	142.6	1.3	光泉珍穀堅果牛乳 Grain Nut Milk	104	3.4	光泉黑豆漿 Black Soy Milk	101.6	6.4	
	香濃起司雞胸肉粉 Chicken Macaroni	717	39.9	紅醬牛肉焗烤飯 Red Sauce Beef Baked Rice	785	37.7	奶油雞肉焗烤斜管麵 Gratin Chicken Penne	795	39.9	日式燒肉飯 Yakiniku Rice	689	30.1	
	蔥花餐包 Spring Orion Bun	153.2	3.6	葡萄瑞士捲 Grape Swiss Roll	131.7	2.7	黑糖糕 Black Sugar Cake	278.5	2.9	蜂蜜蛋糕 Honey Cake	221.3	4.5	
湯品	蕃茄蔬菜湯 季節水果 Fruit	15	0	馬鈴薯菠菜湯 季節水果 Fruit	15	0	洋蔥濃湯 季節水果 Fruit	65	0	義式蔬菜湯 季節水果 Fruit	15	0	
晚餐	主菜1	鹹水雞 Roasted Chicken	165	21	鹹水雞 Boiled Salty Chicken	236	28.6	人參雞 Slow Stew Chicken	165	21	★金沙雞丁 Fried Chicken	391	21
	主菜2	蔥爆豬肉 Pan-Fry pork	291.5	23.4	三杯肉片 Stir-fried Pork	291.5	23.4	◎糖醋肉 Pan-Fry pork	472.6	28	滷豬排 Slow Stewed Pork	376	23.1
	主菜3	★◎炸花枝排 Fried seafood	200	14	★香酥魚 Fried Fish	342	20	清蒸檸檬魚 Steamed Fish	156	20	糖醋魚 Sweet and Sour Fish	291.7	20
	副主菜	△泰式酸辣海鮮煲 Qinxiang fresh sea bis	61	6.7	香蒜玉米雞丁 Pan-Fried chicken with corn	1203	9.8	高麗燻雞丁 Pan-Fried chicken	109	10	味噌肉豆腐 Pork With Tofu	111	10.6
	副菜1	蛋酥白菜 Stir-Fried Chinese Cabbage	46.3	1.3	番茄焗豆皮 Stewed Tofu Skin	91.8	4.4	◎泡菜冬粉 Green bean noodles	66.3	1.2	茄汁甜不辣 Stir-fried tempura	75.2	1.5
	副菜2	◎醬汁米血豆腐 Stewed Bean Curd	186	12	紅絲炒高麗 Cabbage	39.8	0.7	開罐葫瓜 Stir-Fried Bottle gourd	40	0.9	南瓜炒蛋 Scrambled Eggs	107.7	6.4
	副菜3	茄汁寬粉 Green bean noodles	46.6	0.9	蔬菜烘蛋 Steamed egg	67.7	5.9	紅絲干絲 Stir-Fried tofu skin noodles	58.9	4.2	大黃瓜炒麵 Stir-fried mushrooms with cucumbers	41	0.7
	有機	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	有機蔬菜 Organic Vegetables	37.5	0.6
	快餐	快餐 Gratin Rice with Red Sauce	646.9	30	玉米濃湯義大利麵 Pasta with Corn soup	662.7	35.4	香香燒豬烏龍麵 Sukiyaki Pork Udon	619	36.7	★卡拉雞飯 Fried Chicken Rice	704.5	43
	自取	水果 Seasonal Fruits	60	0	季節水果 Seasonal Fruits	60	0	季節水果 Seasonal Fruits	60	0	季節水果 Seasonal Fruits	60	0
主食	白飯 Steamed Rice	280	8	白飯 Steamed Rice	280	8	白飯 Steamed Rice	280	8	白飯 Steamed Rice	280	8	
鹹湯品	黃瓜湯 Cucumber Soup	5	0.2	竹筍湯 Bamboo Shoot Soup	5	0.2	薑絲昆布湯 Seaweed Soup	5	0.2	金針湯 String Mushroom Soup	4	0.1	
甜湯品	紅豆甜湯 Red Bean Soup	35	1	綠豆薏仁湯 Green Bean Barley Soup	35	1	地瓜甜湯 Sweet Potato Soup	35	1	紅豆紫米甜湯 Red bean purple rice soup	35	1	

備註
 一、符號說明 ★：含炸物 ◎：調理主菜 △：含辣 ◆：含有海鮮或堅果種子類
 二、本校區各餐點肉品產地說明：豬肉產地為台灣、牛肉產地為澳洲或紐西蘭或巴拉圭或尼加拉瓜。本校區未使用輻射污染食品。
 三、各項檢驗報告及三餐實際照片皆定期更新並公告於學校官網「團膳專區」，網址：<http://www.kcis.ntpc.edu.tw/Restaurant/index.html>，歡迎點閱。
 四、學校午餐菜單設計不含六大類食物之乳品類，建議學生另行補充，以每日一份(例如：鮮奶240c)為原則。
 五、吃不飽可以回原餐道加量，為避免浪費或挑食，加量原則有明確規範，公告於預選系統首頁及餐廳電視螢幕，請用餐者自行詳閱並遵守。