

日期			8月31日		9月1日		9月2日		9月3日		9月4日				
餐別			週 一		週 二		週 三		週 四		週 五				
早餐	中式早餐				高麗菜炒飯套餐 (內容物:白米、高麗菜、 洋葱、紅蘿蔔) 柚香醬雞丁 紅蘿蔔炒蛋 薑絲小白菜	587.3 27.5		小米粥套餐 (內容物:糯米) 肉鬆 ◎豬肉餡餅 蒜香炒小黃瓜	440 17		家常板條湯 (內容物:板條、肉絲、紅蘿蔔、 綠豆芽) 蒜香高麗菜	498 14		小湯包套餐 (內容物:小湯包) 時蔬炒蛋 味噌貢丸湯	442 23
		西式早餐			墨西哥塔可飯套餐 (內容物:薑黃飯、美生菜、絞肉、洋 葱、番茄、 帕馬森起司粉) 荷包蛋	480 27.1		(內容物:西式燒餅、鐵路豬排、 蘋果片、美生菜、番茄片) ◎烤雞塊	435.8 16.7		(內容物:厚片土司、 巧克力抹醬/花生抹醬) ◎檸檬雞柳條 南瓜烘蛋 義式香烤時蔬	404.6 17.1		夏威夷吐司披薩 (內容物:厚片土司、◎小熟狗、 起司絲、鳳梨片) 蒜香青花菜 荷包蛋	509 23.6
	飲品	兩種可自取			五穀奶/薏仁漿	150 8		芝麻飲/黑豆漿	100.7 7.4		豆漿/可可亞	150 8		豆漿奶綠	150 8
午餐	自助餐	主菜1	◆沙嗲炒雞 Satay Chicken Stir-Fry △泰式紅咖哩炒豬 Stir-Fried Pork with Thai Red Curry	209.5 23.8	檸檬迷迭香雞腿 Roasted rosemary chicke 日式薑燒豬肉 Stir-Fried Pork ★◎糖醋魚排 Fried Fish	165 21 292.5 23.1 392.5 19.6	青醬鮑菇雞 Stir-fried Chicken △韓式馬鈴薯燉肉 Stewed Pork ◎烤蝦捲 Roasted Seafood	232 23.8 287 23.6 348 12.8	咖喱烤雞翅 Curry Roasted Chicken Wings ◆油蹄膀 Slow Stewed Pork contains peanuts 蔥燒魚(硬尾) Braised Fish	270 21 360 21 159.5 20.3	花雕雞 Stir-fried Chicken 糖醋肉片 Stir-fried Pork ★◎香酥柳葉魚 Fried Fish	232 23.8 295 23.2 272 20.3			
		主菜2	藤瓜蒸魚 Steamed Fish	250 23.3	馬鈴薯炒肉絲 Pan-Fry pork ◎花椰甜甜不辣 Stir-Fried Tempura with Broccoli	96.5 6 72 1.5	玉米鮮蔬雞丁 Pan-Fried Cucumber with Chicken 香烤洋芋時蔬 Potato 梅汁燒豆腐 Braised Tofu with Plum Sauce	90 7.5 60.5 1.2 90 3.8	青花白醬燴雞 Pan-Fry Broccoli with Chicken 毛豆乾丁 Stir-fried Bean Curd 三色蛋 Steamed Egg 黃芽雙絲	87.5 7.4 135 10.5 89 7 35 0.5	辛香肉醬 Slow Stewed Pork 絲瓜冬粉 Fried Bean Noodles 番茄豆腐炒蛋 Scrambled Eggs 塔香紫茄	132.5 8 65 1.3 105 7.3 60 0.6	青木瓜炒肉絲 Stir-fried Pork ◎咖哩魚蛋馬鈴薯 Potatoes in Curry Sauce ◆沙茶四季豆炒豆腐 Stir-Fried Tofu in Shacha Sauce	113.2 8 62.5 1.2 90 3.8	
		主菜3	什錦蒲瓜 Stir-Fried Bottle gourd 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6 37.5 0.6	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6 37.5 0.6	紅燒牛肉麵 Beef Noodle Soup 紅醬焗烤千層麵 Baked Lasagna with Tomato Sauce	767 40 707 34.1	火腿玉米湯餃套餐 Soup dumplings △★韓式泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice	738 33.2 754.5 36.3	番茄叉燒麵 Pork Noodle Soup ◆沙茶豬肉燴飯 Pork rice with Shacha Sauce	625 34.8 732.5 40.8			
		副主菜	馬鈴薯炒肉絲 Pan-Fry pork ◎花椰甜甜不辣 Stir-Fried Tempura with Broccoli	96.5 6 72 1.5	玉米鮮蔬雞丁 Pan-Fried Cucumber with Chicken 香烤洋芋時蔬 Potato 梅汁燒豆腐 Braised Tofu with Plum Sauce	90 7.5 60.5 1.2 90 3.8	青花白醬燴雞 Pan-Fry Broccoli with Chicken 毛豆乾丁 Stir-fried Bean Curd 三色蛋 Steamed Egg 黃芽雙絲	87.5 7.4 135 10.5 89 7 35 0.5	辛香肉醬 Slow Stewed Pork 絲瓜冬粉 Fried Bean Noodles 番茄豆腐炒蛋 Scrambled Eggs 塔香紫茄	132.5 8 65 1.3 105 7.3 60 0.6	青木瓜炒肉絲 Stir-fried Pork ◎咖哩魚蛋馬鈴薯 Potatoes in Curry Sauce ◆沙茶四季豆炒豆腐 Stir-Fried Tofu in Shacha Sauce	113.2 8 62.5 1.2 90 3.8			
		副菜	紅蘿蔔炒蛋 Scrambled Eggs 什錦蒲瓜 Stir-Fried Bottle gourd 有機蔬菜 Organic vegetables	87.5 5.8 37.5 0.6 37.5 0.6	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6 37.5 0.6	紅燒牛肉麵 Beef Noodle Soup 紅醬焗烤千層麵 Baked Lasagna with Tomato Sauce	767 40 707 34.1	火腿玉米湯餃套餐 Soup dumplings △★韓式泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice	738 33.2 754.5 36.3	番茄叉燒麵 Pork Noodle Soup ◆沙茶豬肉燴飯 Pork rice with Shacha Sauce	625 34.8 732.5 40.8			
		副菜	紅蘿蔔炒蛋 Scrambled Eggs 什錦蒲瓜 Stir-Fried Bottle gourd 有機蔬菜 Organic vegetables	87.5 5.8 37.5 0.6 37.5 0.6	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6 37.5 0.6	紅燒牛肉麵 Beef Noodle Soup 紅醬焗烤千層麵 Baked Lasagna with Tomato Sauce	767 40 707 34.1	火腿玉米湯餃套餐 Soup dumplings △★韓式泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice	738 33.2 754.5 36.3	番茄叉燒麵 Pork Noodle Soup ◆沙茶豬肉燴飯 Pork rice with Shacha Sauce	625 34.8 732.5 40.8			
		副菜	紅蘿蔔炒蛋 Scrambled Eggs 什錦蒲瓜 Stir-Fried Bottle gourd 有機蔬菜 Organic vegetables	87.5 5.8 37.5 0.6 37.5 0.6	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6 37.5 0.6	紅燒牛肉麵 Beef Noodle Soup 紅醬焗烤千層麵 Baked Lasagna with Tomato Sauce	767 40 707 34.1	火腿玉米湯餃套餐 Soup dumplings △★韓式泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice	738 33.2 754.5 36.3	番茄叉燒麵 Pork Noodle Soup ◆沙茶豬肉燴飯 Pork rice with Shacha Sauce	625 34.8 732.5 40.8			
	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	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5 0.6		
	美食街套餐	連博麵屋	△韓式豬肉大醬鍋 Kimchi Hot Pot with pork	628 37	蛋絲絲瓜麵線 Thin noodles with Chicken	726.3 41.2	△紅燒牛肉麵 Beef Noodle Soup	767 40	火腿玉米湯餃套餐 Soup dumplings	738 33.2	番茄叉燒麵 Pork Noodle Soup	625 34.8			
		世界廚房	蔬食豆腐咖哩飯 vegetarian choice-Rice with Curry Sauce	734 41	△辣奶焗烤飯 Gratin Rice with Cream Sauce	761 45	紅醬焗烤千層麵 Baked Lasagna with Tomato Sauce	707 34.1	△★韓式泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice	754.5 36.3	◆沙茶豬肉燴飯 Pork rice with Shacha Sauce	732.5 40.8			
		米樂飯館	培根炒飯 Fried rice With Pork	823.5 41.2	烤肉片蓋飯 Roasted Pork Rice Bowl	783.5 41.1	◎★港式叉燒飯 Pork Rice	774.5 40.3	牛肉絲拌刀削麵 Beef with Noodles	677.5 38	★蜜汁雞排飯 Fried Chicken rice	776 32			
		風味食堂	什錦拌麵 Mixed Noodles	637 39.5	煎餃套餐 Pot Stickers	767 37.7	雞肉飯 Chicken rice	752 42	番茄肉醬乾拌麵 Dry Noodles with Tomato Sauce	675 35.4	△南洋綠咖哩義大利麵 Spaghetti with Green Curry Sauce	658 36			
	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	季節水果 Seasonal Fruits	60 0			
		鹹湯品	黃豆芽鹹湯 Yellow bean sprouts soup	5 0.2	蘿蔔雞湯 Daikon Soup	12.5 0.9	當歸薏仁湯 Angelica and Job's Tears Soup	6.8 0.19	薑絲冬瓜湯 Ginger White Gourd Soup	5 0.2	竹筍湯 Bamboo Shoot Soup	5 0.2			
		堅果/甜湯			綜合堅果隨身包 Mixed Nuts Snack Pack	65.3 1.9					紫米紅豆甜湯 Purple Rice with Red Bean Soup	35 1			
		主食	白飯 Steamed Rice	280 8	黑豆飯 Black bean rice	280 9.4	五穀飯 Five grain rice	280 8	紫米飯 Purple rice	280 8	燕麥飯 oatmeal Rice	280 8			
	輕食	輕食1	★◎日式唐揚雞披薩 Chicken Pizza 燕麥葡萄餅乾 Raisin Oatmeal Cookies 光泉糙米漿 Brown Rice milk	765 31.6 112 2.4 127.8 2.6	★◎咔哇雞腿漢堡 Chippy Chicken Hamburger 小熟狗 Hot dog 光泉珍穀堅果牛乳 Grain Nut Milk	716 30.2 215 6.7 104 3.4	◎厚切牛肉漢堡排三明治 Beef Sandwich 烤鮮蔬 Grilled vegetables 光泉黑豆漿 Black Soy Milk	482.5 32.9 54 0.85 101.6 6.4	◆蟹味海鮮披薩 Crab Seafood Pizza 紐奧良腿排 Chicken Leg Steak 蘋果汁 Apple Juice	538 22.3 178 21.5 90 0	◎煙燻培根貝果堡 Bacon Bagel 鮭魚沙拉通心粉 Tuna Pasta 光泉高鈣保久乳 High Calcium Milk	728 26.3 165 8.8 111.8 3.2			
			輕食2	★◎香酥雞柳肉醬義大利麵 Fried Chicken Meat Sauce Pasta 蜂蜜瑞士捲 Honey Swiss Roll 原味優酪乳 Yogurt Drink	652 30.6 131.7 2.7 140 6.5	咖哩牛肉焗飯 Gratin Pesto Curry Beef Rice 葡萄瑞士捲 Grape Swiss Roll 仙草汁 Herbal Tea	715 37 131.7 2.7 112 0	奶油雞肉焗烤飯 Creamy Chicken and Rice Bake 雜糧葡萄餅乾 Multigrain Grape Biscuits 柳橙汁 Orange Juice	829 41.6 112 2.5 95 0	△泰式酸辣雞肉義大利麵 Thai Hot and Sour Chicken Pasta 巧克力蛋塔 Chocolate Egg Tarts 光泉豆漿 Soybean milk	597 28 236.1 5.5 80.6 6.2	番茄肉醬焗烤飯 Tomato Sauce Baked Rice 烤雞翅 Grilled Chicken Wings 葡萄汁 Grape Juice	671 27.8 155 15 111.2 0		
		湯品	義式蔬菜湯	30.6 1	蘑菇濃湯	10 0.3	番茄濃湯	14 0.5	海帶芽味噌湯	10.8 0.5	菠菜蛋花湯	17.5 1.1			
		水果	季節水果Seasonal Fruits		季節水果Seasonal Fruits		季節水果Seasonal Fruits		季節水果Seasonal Fruits		季節水果Seasonal Fruits				
		晚餐	自助餐	主菜1	蔥油雞 Green Onion Chicken	232 23.8	腐乳燒雞 Chicken Stew with Bean Curd Sauce	265 28	★百香果脆皮雞 Fried Chicken	391 21	三杯雞 Pan-Fry chicken	265 28			
				主菜2	黃瓜炒豬肉 Pan-Fry pork	293 23	★◎鳳梨咕咾肉 Fried Pork	474 28	蔥爆豬 Pan-Fry pork	289.7 23.3	義式番茄燉肉 Pork Stew	302 23.4			
	主菜3			三杯炒花枝 Stir-fried Seafood	193.5 18.9	豆豉魚 Steamed Fish	156 20	清蒸魚 Steamed Fish	156 20	◎塔塔醬佐花枝捲 Fried seafood with Tartar sauce	248 12				
	副主菜			雪菜炒肉末 Pork with Green Vegetables	119 8.6	高麗炒肉片 Stir-Fried Pork	129 9.4	◎鹹豬肉炒花椰 Stir-Fried Pork	160.9 8	京醬肉絲 Stir-fried Pork	146 11.7				
	副菜1			開陽高麗 Stir-Fried Cabbage	37.5 0.6	金沙南瓜 Pumpkin	61 2.2	茄汁冬粉 green bean noodles	60.7 1.1	白菜滷 Stewed Chinese Cabbage	55.5 1.6				
副菜2	△韓式年糕 Kimchi Topokki		177.5 5.1	塔香海茸 Stewed Seaweed	37.5 0.6	◆★◎海苔香鬆花枝丸 Fried cuttlefish ball	118 7	△韓式拌豆芽 Bean sprouts	37.4 0.5						
副菜3	紅燒豆腐 Braised Tofu		83 5.6	紅絲炒豆干 Stir-Fried Bean Curd	165.8 11.2	魚板絲蒸蛋 Steamed Egg	96.7 8.9	Bean sprouts 鱉絲洋蔥炒蛋	94.5 6.3						
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	味增鮭魚湯泡飯 Miso Salmon Rice		681 40.7	△韓式辣炒豬拌飯 Stir-fried Pork rice	761 41.2	烏醋香蔥拌麵 Dry noodles	748 46.5	榨菜肉絲麵 Pork Noodles	737.2 43.4						
自取	水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 鹹湯品 黃瓜湯 Cucumber Soup		60 0 280 8 5 0.2	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 海帶豚香湯 Kelp Knot Soup	60 0 280 8 12.5 0.9	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 大頭菜湯 Turnip soup	60 0 280 8 5 0.2	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 海芽蛋花湯 Seaweed Egg Drop Soup	60 0 280 8 4 0.1						

備註

一、符號說明 ★:含炸物 ◎:調理主菜 △:會辣 ◆:含有海鮮或堅果種子類

二、本校區各餐點內品產地說明: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照照片皆定期更新並公告於學校官網 "國膳專區",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240cc)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,請用餐者自行斟酌 閱並遵守。