

日期		3月17日		3月18日		3月19日		3月20日		3月21日			
餐別	週一	每份所含熱量(大卡)	每份所含蛋白質(公克)	每份所含熱量(大卡)	每份所含蛋白質(公克)	每份所含熱量(大卡)	每份所含蛋白質(公克)	每份所含熱量(大卡)	每份所含蛋白質(公克)	每份所含熱量(大卡)	每份所含蛋白質(公克)		
早餐	中式早餐	燕麥鹹粥套餐 (內容物:燕麥、玉米粒、肉丁、高麗菜、鰾白菜、紅蘿蔔)	417.8	20.3	家常湯麵套餐 (內容物:黃油麵、肉絲、紅蘿蔔木耳、雞蛋、小白菜)	423	21.4	咖哩炒飯套餐 (內容物:絞肉、洋葱)	586.6	32.5	玉米蛋餅套餐 (內容物:蛋餅皮、玉米粒、雞蛋)	496	30.5
	西式早餐	◎熱帶鳳梨蝦堡套餐 (內容物:芝麻漢堡、蝦排、小黃瓜、鳳梨片、番茄片、BBQ烤肉醬)	447	14.5	法式吐司套餐 (內容物:厚片吐司、雞蛋、糖粉)	421.9	15.5	軟法麵包套餐 (內容物:軟法麵包)	410	22.4	鮭魚蛋吐司套餐 (內容物:薄片吐司、玉米鮭魚蛋、番茄片、小黃瓜)	553.2	33.2
	飲品	兩種可自取			豆漿/可可奶	150	8	豆漿/可可奶	101	9.4	豆漿/奶綠	150	8
自助餐	主食1	蔥油雞腿 Green Onion Chicken	232	23.8	青醬鮑菇雞 Stir-fried Chicken	189.5	23.9	鹹水雞 Boiled Salty Chicken	189.5	23.9	★炸雞排 Fried Chicken	322	23.8
	主食2	★叉燒肉 Basted Pork	320	23.3	◎油豬排 Slow Stewed Pork	247.5	23.1	豉汁苦瓜肉片 Stir-fried Pork	295	23.2	紅燒嫩肉 Pork Stew	270	23.1
	主食3	焗烤魚 Gratin Fish	240	25	豆豉紅目鱖 Steamed Fish	159.5	20.3	◎★塔塔醬佐魚條 Fried Fish	390	23.8	◎★炸蝦排 Fried Seafood	350	15
	副主菜	◎泰式酸辣海鮮煲 Qinxiang fresh sea bis	61	6.7	豆干炒肉絲 Pan-Fry Pork	97.5	7	打拋高麗菜干 Fried Pork and Cabbage	87.5	5.8	香蒜玉米雞丁 Pan-Fried chicken with corn	76	5.9
	副菜	韭香綠豆芽 Bean sprouts	37.5	0.6	芝麻醬地瓜 Sweet potato	115	2	◎泰式拌冬粉 Fried Bean Noodles	40	1.2	茄汁年糕 Stir-fried Rice Cakes	177.5	5.1
	副菜	沙茶粉絲 Fried Bean Noodles	62.5	1.2	甜瓜滑蛋 Scrambled eggs	87.5	5.8	五香干絲 Bean curd strips	91	8.5	錦繡洋蔥炒蛋 Scrambled eggs	90	5.9
	副菜	青花炒時蔬 Stir-Fried Broccoli	87.5	1.3	醬燒杏鮑菇 King oyster mushroom	37.5	0.6	◎大瓜燻丸片 Stir-Fried cucumber	196.8	13.3	紅絲高麗菜 Cabbage	37.5	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	△韓式泡菜湯飯 Soup dumplings	625.5	30	粗米粥湯 Soup Noodles	628	37.4	◎沙茶豬肉鍋 Pork Hotpot	606	35.1	◎紅印雞鴨肉鍋 Noodles with Chicken	762.6	54
	世界廚房	茄汁炒飯 Tomato Fried Rice	736	39.9	△泰式打拋豬肉飯 Thai Pork Rice	819	40.8	手工焗烤白醬千層麵 Baked Lasagna with White Sauce	800	38.6	奶香鮭魚炒烏龍 Stir Fried Udon Noodles	687.5	41.5
米樂飯館	★燒肉拼花枝拼飯 Pork with Seafood Rice	825	35.8	烤雞飯 Roasted Chicken Rice	714.5	40.8	△麻婆豆腐燴飯 Mapo Tofu with rice	685	46.6	蜜汁叉燒飯 Pork rice	735	40	
風味食堂	沙茶炒麵 Fried Noodles	664.5	38.7	切仔乾麵 Dry Noodles	755	47	雞肉飯 Chicken Rice	752	42	◎◆★土魷魚羹飯 Rice with Meat and Seafood	815	43.6	
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	黃瓜湯 Cucumber Soup	5	0.2	海帶豚骨湯 Kelp Knot Soup	12.5	0.9	大頭菜湯 Turnip soup	4	0.12	△酸辣湯 Hot & Sour Soup	12.5	0.9
	甜湯品	綠豆沙牛奶 Green Bean Milk	54.4	1.86	地瓜甜湯 Sweet Potato Soup	35	1	紅豆紫米甜湯 Red Bean Purple Rice Soup	35	1	香蓮子甜湯 Lotus Seed Soup	4	0.12
	主食	白飯 Steamed Rice	280	8	紫米飯 Purple Rice	280	8	黑豆飯 Black bean rice	280	9.4	五穀飯 Five grain rice	280	8
	輕食1	雙色起司野菇披薩 Double Cheese Mushroom Pizza	484	17.2	熱狗大亨堡 Hot Dog Burger	623	24.7	吡叻雞腿漢堡 Chispy Chicken Hamburger	716	24.2	乳酪蒜香雞肉披薩 Garlic Cheese Chicken Pizza	779	44.5
	輕食2	烤雞翅 Grilled Chicken Wings	155	15	燒賣 Siu ma	342	18	鮭魚沙拉通心粉 Tuna Pasta	109	8.8	小熱狗 Hot dog	215	6.7
晚餐	主菜1	△宮保雞 Spicy Stir-Fried Chicken	229	28	◎和風雞排 Chicken	296	17.5	義大利香料烤雞 Roasted chicken	165	21	蔥油雞 Stir-fried Chicken	265	28
	主菜2	沙茶豬肉 Pan-Fried Pork	291.5	23.4	蔥爆豬肉 Pan-Fried Pork	294.5	23.4	滷蹄膀 Slow Stewed Pork	363.6	21.4	杏鮑菇炒豬肉 Pan-Fry Pork	290.5	23.4
	主菜3	樹子蒸魚 Steamed Fish	156	20	紅燒魚 Braised fish	156	20	烤鯖魚 Roasted Fish	336	20	★糖醋魚 Fried Fish	294	20
	副主菜	回鍋肉片 Stir-fried Pork	126.8	9.5	茄汁肉醬 Pork	86	7.4	三彩豬柳 Pan-Fried pork	139.1	10.7	高麗菜炒雞肉 Pan-Fried chicken	98.1	8.9
	副菜1	清炒雙花 Stir-Fried Broccoli	37.5	0.6	什錦蘿蔔糕 Pan-Fried Turnip cake	120	2.9	◎泡菜冬粉 Green bean noodles	66.3	1.2	滷筍干 Bamboo	22.8	1.6
	副菜2	◎糖醋甜不辣 Stir-Fried tempura	78	1.6	開陽龍瓜 Stewed Chinese Squash	40	0.9	酸菜鴨血 Duck blood	16.1	3.3	魚板絲蒸蛋 Steamed egg	96.7	8.9
	副菜3	山藥玉米粒 Pan-Fry corn	41.2	1.2	醬燒素雞 Fried Bean Curd	175	10.5	★金沙豆腐 Tofu	111.3	6.4	蕃茄豆腐 Tomato Scrambled Tofu	43.4	3.8
	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
	快餐	快餐 ★炸雞腿飯 Fried Chicken Rice	843.7	44.9	◎關東煮套餐 Oden	588.9	33.2	焗烤紅醬水餃 Gratin Dumplings	661	31	★培根蛋炒飯 Fried Rice with chicken	956	48.7
	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
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「團體專區」, 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。												