

美食街菜單 Menu

日期			9月14日			9月15日			9月16日			9月17日			9月18日										
餐別			週 一			週 二			週 三			週 四			週 五										
早餐	中式早餐					鍋貼套餐 (內容物:鍋貼) 玉米炒蛋 紅絲青江菜			462	17.1	燕麥鹹粥套餐 (內容物:燕麥、玉米粒、肉丁、高麗菜、鵝白菜、紅蘿蔔) 小肉包			417.8	20.3	古早味紫米飯糰 (內容物:紫米、菜園、肉鬆、雞蛋) 青菜炒肉絲			611	27	玉米蛋餅套餐 (內容物:蛋餅皮、玉米粒、雞蛋) 蔥花鹽焗雞丁 紅絲豆干片 薑絲青江菜			496	30.5
		西式早餐				(內容物:菠蘿漢堡、馬鈴薯蛋沙拉、起司片、番茄片)			508.4	20.4	(內容物:厚片吐司、雞蛋、糖粉) ◎小熱狗 烤地瓜沙拉			421.9	15.5	(內容物:奶酥麵包) 生菜雞蛋沙拉 南瓜濃湯			495	15.6	(內容物:薄片土司、玉米鮭魚蛋、番茄片、小黃瓜) 義式焗烤綠花			553.2	33.2
	飲品		兩種可自取		五穀奶/薏仁漿			150	8	豆漿/可亞			150	8	黑豆漿/芝麻軟			101	9.4	豆漿/奶綠			150	8	
	午餐	自助餐	主菜1	★金沙雞丁 Fried Chicken 紅燒嫩肉 Pork Stew 焗烤魚 Gratin Fish	322	23.8	青醬鮑菇雞 Stir-fried Chicken 梅干肉片 Stir-fried Pork 豆豉魚 Steamed Fish	189.5	23.9	鹹水雞 Boiled Salty Chicken 鼓汁苦瓜肉片 Stir-fried Pork ◎★塔塔醬佐炸魚條 Fried Fish	189.5	23.9	紅燒冬瓜雞 Braised Chicken 糖醋肉片 Sweet and Sour Pork ◎烤花枝捲 Roasted Seafood	189.5	23.9	咖喱椰汁雞 Stir-fried Curry Chicken ★◎叉燒肉 Basted Pork 豆酥鮮魚 Steamed Fish	232	23.8							
主菜2			△酸辣海鮮煲 Qinxiang fresh sea bis 韭香綠豆芽 Bean sprouts ◆沙茶粉絲	270	23.1	豆干炒肉絲 Pan-Fry Pork 茄香四季豆 Stir-Fried Eggplant and Green Beans △泰式拌冬粉	295	23.2	香菇玉米雞丁 Pan-Fried chicken with corn △◎泡菜甜條 Kimchi Tempura 五香干絲 Bean curd strips	295	23.2	芋香肉醬 Taro-Flavored Meat Sauce 茄汁年糕 Stir-fried Rice Cakes 南瓜豆腐 Braised Pumpkin Tofu	295	23.2	明爐肉片醬 Minced Pork with Pickles 哨子豆腐 Tofu 佛手瓜炒蛋 Scrambled eggs	320	23.3								
主菜3			Fried Bean Noodles with satay sauce 青花炒時蔬 Stir-Fried Broccoli 有機蔬菜 Organic vegetables	240	25	Fried Bean Noodles 麵腸川耳 Fried rolled flour gluten 有機蔬菜 Organic vegetables	159.5	20.3	彩繪黃瓜 Stir-Fried cucumber 有機蔬菜 Organic vegetables	390	23.8	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	348	12.8	竹筍炒三絲 Stir-Fried Bamboo Shoots 有機蔬菜 Organic Vegetables	159.5	20.3								
副主菜			△酸辣海鮮煲 Qinxiang fresh sea bis 韭香綠豆芽 Bean sprouts ◆沙茶粉絲	61	6.7	豆干炒肉絲 Pan-Fry Pork 茄香四季豆 Stir-Fried Eggplant and Green Beans △泰式拌冬粉	97.5	7	香菇玉米雞丁 Pan-Fried chicken with corn △◎泡菜甜條 Kimchi Tempura 五香干絲 Bean curd strips	76	5.9	芋香肉醬 Taro-Flavored Meat Sauce 茄汁年糕 Stir-fried Rice Cakes 南瓜豆腐 Braised Pumpkin Tofu	132.5	8	瓜仔肉醬 Minced Pork with Pickles 哨子豆腐 Tofu 佛手瓜炒蛋 Scrambled eggs	64	7								
副菜			Fried Bean Noodles with satay sauce 青花炒時蔬 Stir-Fried Broccoli 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	Fried Bean Noodles 麵腸川耳 Fried rolled flour gluten 有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6	彩繪黃瓜 Stir-Fried cucumber 有機蔬菜 Organic vegetables	78	1.6	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	177.5	5.1	竹筍炒三絲 Stir-Fried Bamboo Shoots 有機蔬菜 Organic Vegetables	82.5	5.6								
副菜			Fried Bean Noodles with satay sauce 青花炒時蔬 Stir-Fried Broccoli 有機蔬菜 Organic vegetables	62.5	1.2	Fried Bean Noodles 麵腸川耳 Fried rolled flour gluten 有機蔬菜 Organic vegetables	40	1.2	彩繪黃瓜 Stir-Fried cucumber 有機蔬菜 Organic vegetables	91	8.5	紅絲高麗菜 Cabbage 有機蔬菜 Organic vegetables	72.5	4.5	竹筍炒三絲 Stir-Fried Bamboo Shoots 有機蔬菜 Organic Vegetables	90	5.9								
美食街套餐		速博麵屋	△韓式泡菜湯餃 Soup dumplings	770	38	蒜味蛤蚧雞湯麵 Garlic Clam Chicken Soup Noodles	605	38.3	◆沙茶豬肉鍋 Shacha Pork Hot Pot	606	35.1	粗米粉湯 Soup Noodles	628	37.4	玉米濃湯義大利麵 Pasta with Corn soup	775	38								
		世界廚房	蔬食茄汁焗烤飯 Baked Vegetarian Rice with Tomato Sauce	758	34	△泰式打拋雞肉飯 Thai Pork Rice	819	40.8	手工焗烤白醬千層麵 Baked Lasagna with White Sauce	800	38.6	紅酒燉牛肉燴飯 Red Wine Braised Beef Risotto	661	34.2	香香燒豬烏龍麵 Sukiyaki Pork Udon	677.5	39.8								
		米樂飯館	★◎燒肉排花枝排飯 Pork with Seafood Rice	825	35.8	烤雞飯 Roasted Chicken Rice	714.3	40.8	△麻婆豆腐燴飯 Mapo Tofu with rice	885	46.6	★酥炸排骨飯 Crispy Fried Pork Chop Rice	918.5	45.7	△黑胡椒牛肉飯 Stir-fried beef with Rice	849.6	48.7								
		風味食堂	◆沙茶拌麵 Satay Sauce Noodles	664.5	38.7	切仔乾麵 Dry Noodles	755	47	◎★土魷魚燴飯 Rice with Meat and Seafood	815	41.6	奶香鮭魚烏龍麵 Stir Fried Udon Noodles	687.5	41.5	客家米糕 Hakka Sticky Rice Cake	955.8	48								
		附品	水果	季節水果 Seasonal Fruits 大頭菜湯 Turnip soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 海帶豚香湯 Kelp Knot Soup 綜合堅果隨身包 Mixed Nuts Snack Pack	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 蘿蔔雞湯 Daikon Soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits △酸辣湯 Hot & Sour Soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 冬菜粉絲湯 Glass noodle soup 雪蓮子甜湯 Lotus Seed Soup	60	0							
			鹹湯品	大頭菜湯 Turnip soup	4	0.12	海帶豚香湯 Kelp Knot Soup 綜合堅果隨身包 Mixed Nuts Snack Pack	12.5	0.9	蘿蔔雞湯 Daikon Soup	12.5	0.9	酸辣湯 Hot & Sour Soup	12.5	0.9	冬菜粉絲湯 Glass noodle soup 雪蓮子甜湯 Lotus Seed Soup	65.4	0.64							
輕食		堅果/甜湯	綜合堅果隨身包 Mixed Nuts Snack Pack	280	8	紫米飯 Purple Rice	280	8	薏仁飯 Barley Rice	280	8	燕麥飯 Plain Cooked Rice	280	8	五穀飯 Five grain rice	280	8								
		主食	白飯 Steamed Rice ◆超級海陸拼盤 Surf and Turf Pizza 烤雞翅 Grilled Chicken Wings 柳橙汁 Orange Juice	623	28.8	◎檸檬雞柳可頌堡 Lemon Chicken Croissant 小熱狗 Hot dog 光泉高鈣保久乳 High Calcium Milk	605	27.7	瑪格麗特披薩 Margherita Pizza 燒烤雞腿 Grilled chicken legs 蘋果汁 Apple Juice	518	19.3	牛肉起司帕瑪森堡 Roast Beef Sandwich 薯條 French Fries 可爾必思 Calpis	630	35.44	日式味噌豬肉堡 Miso Pork Burger 薯餅 Hash browns 柳橙汁 Orange Juice	691.5	36.74								
		輕食1	△◎南洋咖喱雞排飯 Curry Chicken Rice 紅豆餐包 Red Bean Bun 光泉黑豆漿 Black Soy Milk	155	15	烤鮮蔬 Grilled vegetables 蘋果汁 Apple Juice	215	6.7	普羅旺斯茄汁牛絞肉寬麵 Provençal Ground Beef Pappardelle 焦糖葡式蛋塔 Caramel Portuguese Egg Tarts 草莓優酪乳 Strawberry Yogurt Drink	162	15.6	◎酥炸排骨飯 Crispy Fried Pork Chop Rice 黑糖糕 Black Sugar Cake 光泉豆漿 Soybean milk	249	2.7	◎唐揚起司雞肉焗飯 Chicken Rice Gratin 乳酪餐包 Cheese Bun 仙草汁 Herbal Tea	205	2								
		輕食2	△◎南洋咖喱雞排飯 Curry Chicken Rice 紅豆餐包 Red Bean Bun 光泉黑豆漿 Black Soy Milk	95	0	烤鮮蔬 Grilled vegetables 蘋果汁 Apple Juice	111.8	3.2	普羅旺斯茄汁牛絞肉寬麵 Provençal Ground Beef Pappardelle 焦糖葡式蛋塔 Caramel Portuguese Egg Tarts 草莓優酪乳 Strawberry Yogurt Drink	90	0	◎酥炸排骨飯 Crispy Fried Pork Chop Rice 黑糖糕 Black Sugar Cake 光泉豆漿 Soybean milk	58	0.4	◎唐揚起司雞肉焗飯 Chicken Rice Gratin 乳酪餐包 Cheese Bun 仙草汁 Herbal Tea	95	0								
		湯品	海帶芽湯 季節水果 Fruit	5	0	南瓜濃湯 季節水果 Fruit	79.4	2.9	蔬菜豆腐湯 季節水果 Fruit	37.4	3.4	玉米濃湯 季節水果 Fruit	52	1	韓式豆腐湯 季節水果 Fruit	48.5	4								
		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								
晚餐	自助餐	主菜1	日式蔥燒雞 Stir-Fried Chicken ◆沙茶豬肉 Pan-Fried Pork with Satay Sauce 樹子蒸魚 Steamed Fish	229	28	油雞翅 Braised Chicken Wings 蔥爆豬肉 Pan-Fried Pork 紅燒魚 Braised fish	295	17.5	義大利香料烤雞 Roasted chicken 滷蹄膀 Slow Stewed Pork 烤鯖魚 Roasted Fish	165	21	蔥油雞 Stir-fried Chicken 冬菜肉絲 Pan-Fry Pork ★◎糖醋魚 Fried Fish	265	28											
		主菜2	◆沙茶豬肉 Pan-Fried Pork with Satay Sauce 樹子蒸魚 Steamed Fish	291.5	23.4	蔥爆豬肉 Pan-Fried Pork 紅燒魚 Braised fish	294.5	23.4	義大利香料烤雞 Roasted chicken 滷蹄膀 Slow Stewed Pork 烤鯖魚 Roasted Fish	363.6	21.4	蔥油雞 Stir-fried Chicken 冬菜肉絲 Pan-Fry Pork ★◎糖醋魚 Fried Fish	290.5	23.4											
		主菜3	樹子蒸魚 Steamed Fish	156	20	紅燒魚 Braised fish	156	20	義大利香料烤雞 Roasted chicken 滷蹄膀 Slow Stewed Pork 烤鯖魚 Roasted Fish	336	20	蔥油雞 Stir-fried Chicken 冬菜肉絲 Pan-Fry Pork ★◎糖醋魚 Fried Fish	294	20											
		副主菜	回鍋肉片 Stir-fried Pork 清炒雙花 Stir-Fried Broccoli ◎糖醋甜不辣 Stir-Fried tempura 山藥玉米粒 Pan-Fry corn 有機蔬菜 Organic Vegetables	126.8	9.5	茄汁肉醬 Pork 什錦蘿蔔糕 Pan-Fried Turnip cake 開陽瓢瓜 Stewed Chinese Squash 紅燒豆腐 Braised tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	86	7.4	三彩豬柳 Pan-Fried pork △泡菜冬粉 Green bean noodles 雪菜炒蛋 Eggs with pickled greens ★金沙豆腐 Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	139.1	10.7	高麗菜炒雞肉 Pan-Fried chicken 滷筍干 Bamboo 魚板絲蒸蛋 Steamed egg with Shredded Fish Cake 蕃茄豆腐 Tomato Scrambled Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	98.1	8.9											
		副菜1	回鍋肉片 Stir-fried Pork 清炒雙花 Stir-Fried Broccoli ◎糖醋甜不辣 Stir-Fried tempura 山藥玉米粒 Pan-Fry corn 有機蔬菜 Organic Vegetables	37.5	0.6	茄汁肉醬 Pork 什錦蘿蔔糕 Pan-Fried Turnip cake 開陽瓢瓜 Stewed Chinese Squash 紅燒豆腐 Braised tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	120	2.9	三彩豬柳 Pan-Fried pork △泡菜冬粉 Green bean noodles 雪菜炒蛋 Eggs with pickled greens ★金沙豆腐 Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	66.3	1.2	高麗菜炒雞肉 Pan-Fried chicken 滷筍干 Bamboo 魚板絲蒸蛋 Steamed egg with Shredded Fish Cake 蕃茄豆腐 Tomato Scrambled Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	22.8	1.6											
		副菜2	回鍋肉片 Stir-fried Pork 清炒雙花 Stir-Fried Broccoli ◎糖醋甜不辣 Stir-Fried tempura 山藥玉米粒 Pan-Fry corn 有機蔬菜 Organic Vegetables	78	1.6	茄汁肉醬 Pork 什錦蘿蔔糕 Pan-Fried Turnip cake 開陽瓢瓜 Stewed Chinese Squash 紅燒豆腐 Braised tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	40	0.9	三彩豬柳 Pan-Fried pork △泡菜冬粉 Green bean noodles 雪菜炒蛋 Eggs with pickled greens ★金沙豆腐 Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	90	5.9	高麗菜炒雞肉 Pan-Fried chicken 滷筍干 Bamboo 魚板絲蒸蛋 Steamed egg with Shredded Fish Cake 蕃茄豆腐 Tomato Scrambled Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	96.7	8.9											
	副菜3	回鍋肉片 Stir-fried Pork 清炒雙花 Stir-Fried Broccoli ◎糖醋甜不辣 Stir-Fried tempura 山藥玉米粒 Pan-Fry corn 有機蔬菜 Organic Vegetables	41.2	1.2	茄汁肉醬 Pork 什錦蘿蔔糕 Pan-Fried Turnip cake 開陽瓢瓜 Stewed Chinese Squash 紅燒豆腐 Braised tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	43.4	3.8	三彩豬柳 Pan-Fried pork △泡菜冬粉 Green bean noodles 雪菜炒蛋 Eggs with pickled greens ★金沙豆腐 Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	111.3	6.4	高麗菜炒雞肉 Pan-Fried chicken 滷筍干 Bamboo 魚板絲蒸蛋 Steamed egg with Shredded Fish Cake 蕃茄豆腐 Tomato Scrambled Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	41.4	3.8												
	有機	回鍋肉片 Stir-fried Pork 清炒雙花 Stir-Fried Broccoli ◎糖醋甜不辣 Stir-Fried tempura 山藥玉米粒 Pan-Fry corn 有機蔬菜 Organic Vegetables	37.5	0.6	茄汁肉醬 Pork 什錦蘿蔔糕 Pan-Fried Turnip cake 開陽瓢瓜 Stewed Chinese Squash 紅燒豆腐 Braised tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	37.5	0.6	三彩豬柳 Pan-Fried pork △泡菜冬粉 Green bean noodles 雪菜炒蛋 Eggs with pickled greens ★金沙豆腐 Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	37.5	0.6	高麗菜炒雞肉 Pan-Fried chicken 滷筍干 Bamboo 魚板絲蒸蛋 Steamed egg with Shredded Fish Cake 蕃茄豆腐 Tomato Scrambled Tofu 有機蔬菜 Organic Vegetables	37.5	0.6												
	快餐	快餐	◆照燒雞腿飯 Teriyaki Chicken Rice	643.7	44.9	◎關東煮套餐 Oden	588.9	33.2	照紋套餐 Pot Stickers	767	37.7	★培根蛋炒飯 Fried Rice with chicken	956	48.7	茄汁肉醬義大利麵 Tomato Sauce Pasta	717	34								
	自取	水果	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 薑絲昆布湯 Ginger Dashi Soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 青菜豆腐湯 Vegetables Soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 冬瓜湯 Ginger White Gourd Soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 黃瓜湯 Cucumber Soup	60	0	季節水果 Seasonal Fruits 白飯 Steamed Rice 黃瓜湯 Cucumber Soup	60	0								
主食		白飯 Steamed Rice 薑絲昆布湯 Ginger Dashi Soup	280	8	白飯 Steamed Rice 青菜豆腐湯 Vegetables Soup	280	8	白飯 Steamed Rice 冬瓜湯 Ginger White Gourd Soup	280	8	白飯 Steamed Rice 黃瓜湯 Cucumber Soup	280	8	白飯 Steamed Rice 黃瓜湯 Cucumber Soup	280	8									
鹹湯品		薑絲昆布湯 Ginger Dashi Soup	4	0.1	青菜豆腐湯 Vegetables Soup	12.5	0.9	冬瓜湯 Ginger White Gourd Soup	5	0.2	黃瓜湯 Cucumber Soup	5	0.2	味噌海芽湯 Miso Soup 紅豆紫米甜湯 Red Bean Purple Rice Soup	35	1									

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。
 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。

菜單開立:曹慧耘(食品營養師)、余盈璇(品軒食品營養師) 菜單審核:石慧玲(康橋國際學校秀岡區營養師)