

日期		9月16日		9月17日		9月18日		9月19日		9月20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)	587.3	27.5	培根蛋餅套餐 (內容物:蛋餅皮、培根片、雞蛋)	516.6	18.5		
								柚香醬雞丁 紅蘿蔔炒蛋 薑絲小白菜			銀絲卷 蒜香青江菜				
	飲品	兩種可自取						厚片吐司套餐 (內容物:厚片土司、巧克力抹醬/花生抹醬)	404.6	17.1	雞排漢堡套餐 (內容物:芝麻漢堡、香雞堡、 起司片、番茄片、高莖生菜)	440	16.2		
								小熟狗 南瓜烘蛋 義式香烤食蔬 豆漿/可亞	101	9.4	豆漿/奶綠	150	8		
午 餐	自助餐	主食1	蜜汁翅小腸 Stir-fried Chicken	209.5	23.8	烤雞 Roasted Chicken	187	23.8	★紅鶴鹹酥雞 Fried Chicken	322	23.8	◎烤排雞 Roasted Chicken	187	23.8	
		主食2	咖哩肉丁 Stir-fried Pork	279.5	23.4	鹽焗肉片 Stir-fried Pork	295	23.2	腐肉肉丁 Fermented tofu Pork	292.5	23.1	日式薑燒豬肉 Stir-Fried Pork	292.5	23.1	
		主食3	佃煮秋刀魚 Braised fish	348	20.3	烤蝦捲 Roasted Seafood	348	12.8	蔥燒魚(硬尾) Braised Fish	159.5	20.3	★香酥柳葉魚 Fried Fish	272	20.3	
		副主菜	△黑胡椒肉絲 Pan-Fry pork	96.5	6	青花白醬燴雞 Pan-Fry Broccoli with Chicken	87.5	7.4	芋香肉醬 Slow Stewed Pork	132.5	8	鮮蝦河粉 Shrimp Rice Roll	348	3.2	
		副菜	花椰炒甜不辣 Stir-Fried Tempura with Broccoli	72	1.5	毛豆乾丁 Stir-fried Bean Curd	135	10.5	絲瓜冬粉 Fried Bean Noodles	65	1.3	咖哩魚蛋 Curry eggs	62.5	1.2	
		副菜	紅蘿蔔炒蛋 Scrambled Eggs	87.5	5.8	三色蛋 Steamed Egg	89	7	番茄豆腐炒蛋 Scrambled Eggs	105	7.3	沙茶四季豆炒豆腐 Tofu with Green Beans	90	3.8	
		副菜	什錦蒲瓜 Stir-Fried Bottle gourd	37.5	0.6	黃芽雙絲 Stir-Fried Bean Sprouts	35	0.5	塔香紫茄 Pan-Fried Eggplant	60	0.6	芹香海帶絲 kelp base	82	5.1	
		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	
		美食街套餐	速博麵屋	△韓式豬肉大醬鍋 Kimchi Hot Pot with pork	590	33.4	清燉排骨拉麵 Soup noodles With pork	680	34.8	火腿玉米湯餃套餐 Soup dumplings	780	28.7	番茄叉燒麵 Pork Noodle Soup	625	31.8
			世界廚房	義式獵人燉雞套餐 Chicken Stew With bread	626	34.1	手工焗烤咖哩千層麵 Baked Curry Lasagna	659	36.7	△韓式泡菜炒飯 Kimchi Fried Rice	754.5	36.3	日式味噌燴食豆腐烏龍麵 Miso Udon Noodle Soup	587	23.2
	米樂飯館		揚州炒飯 Fried rice With Pork	823.5	41.2	烤肉片蓋飯 Roasted Pork Rice Bowl	783.5	41.1	滷雞腿飯 Chicken Rice	682	43.7	咖哩豬肉飯 Curry Pork rice	732.5	40.8	
	風味食堂		什錦炒麵 Fried Noodles With Chicken	637	39.5	雞肉飯 Chicken rice	636.5	31.9	番茄肉醬乾拌麵 Dry Noodles with Tomato Sauce	637.5	36	牛肉絲拌刀削麵 Beef with Noodles	640	34.4	
	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	黃豆芽鹹湯 Yellow bean sprouts soup	5	0.2	四神湯 Four-Herbal 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	
		甜湯品	八寶豆甜湯 Bean Soup	35	1	雪蓮子甜湯 Lotus Seed Soup	4	0.12	紫米牛奶 Purple Rice Milk	35	1	銀耳桂圓湯 Longan and Snow Fungus Sweet Soup	4	0.12	
		主食	白飯 Steamed Rice	280	8	五穀飯 Five grain rice	280	8	燕麥飯 oatmeal Rice	280	8	紫米飯 Purple rice	280	8	
	輕食	輕食1	夏威夷拖鞋披薩 Hawaiian Pizza	625.2	17.2	蟹味海鮮披薩 Crab Seafood Pizza	591.2	17.7	德購起司捲餅 Sausage Cheese Burrito	558.2	14.2	塔塔雞柳黎麥堡 Chicken Quinoa Burger	658.2	20.7	
			洋蔥圈 Orion Ring	234	5.5	原味優酪乳 Yogurt Drink	140	6.5	鮭魚沙拉通心粉 Tuna Pasta	260.6	12.1	紫米珍珠丸子 Meatballs	287	9	
		輕食2	草莓優酪乳 Strawberry Yogurt Drink	121.2	4.6	咖啡牛肉飯 Curry Beef Rice	682	24.9	光泉黑豆漿 Black Soy Milk	101.6	6.4	原味優酪乳 Yogurt Drink	140	6.5	
			海鮮奶油通心粉 Creamy Seafood Linguini	651	35.6	雜糧葡萄餅乾 Multigrain Grape Biscuits	112	2.4	椰橙汁 Orange Juice	95		唐揚起司雞肉焗飯 Chicken Rice Gratin	795	26	
湯品	洋蔥培根濃湯 季節水果 Fruit	65		光泉珍穀堅果牛乳 Grain Nut Milk	104	3.4	海帶芽味噌湯 Seaweed Soup	15		原味蛋糕 Egg Tarts	98.7	3.4			
晚 餐	自助餐	主菜1					咖啡牛肉飯 Curry Beef Rice	682	24.9	壽喜燒豬肉烏龍麵 Sukiyaki Pork Udon	652	21.1	唐揚起司雞肉焗飯 Chicken Rice Gratin	795	26
		主菜2					雜糧葡萄餅乾 Multigrain Grape Biscuits	112	2.4	波蘿餐包 Pineapple Bun	153.2	3.6	原味蛋糕 Egg Tarts	98.7	3.4
		主菜3					光泉珍穀堅果牛乳 Grain Nut Milk	104	3.4	椰橙汁 Orange Juice	95		可爾必思 Calpis	58	0.4
	副主菜	鹹豬肉炒花椰 Stir-Fried Pork	161	8	京醬肉絲 Stir-fried Pork	60.7	1.1	白菜滷 Stewed Chinese Cabbage	55.5	1.6	Bean sprouts	37.4	0.5		
	副菜1	茄汁冬粉 green bean noodles	60.7	1.1	★海苔香鬆花枝丸 Fried cuttlefish ball	118	7	魚板絲蒸蛋 Scrambled eggs	94.5	6.3	有機蔬菜 Organic vegetables	37.5	0.6		
	副菜2	魚板絲蒸蛋 Steamed Egg	96.7	8.9	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	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	613	37.3	福州優瓜乾麵 Dry noodles	613	37.3	日式照燒雞排飯 Chicken Donburi	780	43.3	泰式打拋豬肉飯 Pork rice	784	41		
	自取	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	
		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		大頭菜湯 Turnip soup	5	0.2	綠豆甜湯 Green Bean Soup	35	1	味嗜海芽湯 Miso Soup	4	0.1	紫菜豆腐湯 Seaweed Soup	12.5	0.8		
甜湯品		綠豆甜湯 Green Bean Soup	35	1	綠豆甜湯 Green Bean Soup	35	1	綠豆薏仁湯 Green Bean Barley Soup	35	1	紅豆甜湯 Red Bean Drink	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、本校區各餐點內產品產地說明：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: 曹慈耘 (豆品食品營養師)

菜單審核: 石慧玲 (康橋國際學校秀岡校區營養師)