

葳 格 高 級 中 學 附 設 小 學

Wagor Academy-Bilingual Elementary School

113 學 年 下 學 期 菜 單

2025 Second Semester Lunch Menu



週次 Week : 第 9 週

日期 Date 項目 Item		4/7 Mon. (一)	4/8 Tue. (二)	4/9 Wed. (三)	4/10 Thu. (四)	4/11 Fri. (五)
主 食 Main Dish		白飯 Rice	芝麻飯 rice	嘉義雞肉飯 Chiayi chicken rice	養生地瓜飯 Sweet potato rice	小米飯 Millet rice
主 菜 Main Dish		京醬鴨片 Duck slices with Beijing sauce 韓式燒肉 Korean BBQ pork	糖醋肉丁 Sweet and sour pork cubes	蜜汁豬排 Honey glazed pork chops	梅干燒肉 Roasted pork with dried vegetables	蒜泥白肉 Garlic pork slices 金黃雞翅 Golden chicken wings
副 食 Side Dish		歐姆炒蛋 Om scrambled eggs	鐵板豆腐 Sizzling tofu	海帶結滷豆輪 Kelp marinated bean wheel	黃瓜什錦 Assorted cucumbers	香 Q 滷蛋 Spiced corned egg
時 菜 Vegetable		炒地瓜葉 Fried sweet potato leaves	蒜香青江菜 Garlic green vegetables	雙色花椰菜 Bicolor cauliflower	薑汁蚵白菜 Cabbage with ginger sauce	蒜香高麗菜 Garlic cabbage
湯 Soup		大醬湯 Miso soup	冬瓜黑輪湯 Winter melon Tempura soup	藥膳燉雞湯 Herbal chicken soup	蘿蔔鮮菇湯 Radish and mushroom soup	綠豆芋圓湯 Mung bean and taro ball soup
水 果 Fruit		時節水果 Fruit	時節水果 Fruit	時節水果 Fruit	時節水果 Fruit	時節水果 Fruit
點 心 Snack		美味水餃 Dumplings G1 洋蔥餐包、冬瓜 茶 Onion meal bag, Winter melon tea	雞蛋牛奶卷 Egg and milk roll G2 洋蔥餐包、冬瓜 茶 Onion meal bag, Winter melon tea	鮮蔬麵疙瘩 Fresh vegetable gnocchi G3 洋蔥餐包、冬瓜 茶 Onion meal bag, Winter melon tea	清蒸小肉圓 Steamed meatballs G4 洋蔥餐包、冬瓜 茶 Onion meal bag, Winter melon tea	烤餡餅 Bake pie G5G6 洋蔥餐包、冬瓜 茶 Onion meal bag, Winter melon tea
營養 成分 Nutrient Content	熱 量 Kcal	892	887	879	855	891
	粗 蛋 白 Protein	31.5	29.7	30.9	29.2	32.3
	粗 脂 肪 Fat	30.8	29.4	29.8	28.5	30.5
	糖 Carbohydrate	122.3	120.8	121.7	120.4	121.7