

# 葳格高級中學附設小學

Wagor Academy-Bilingual Elementary School

## 114 學年下學期菜單

2026 Second Semester Lunch Menu



週次 Week : 第 16 週

日期 Date 項目 Item		5/25 Mon. (一)	5/26 Tue. (二)	5/27 Wed. (三)	5/28 Thu. (四)	5/29 Fri. (五)
主 食 Main Dish		白米飯 White Rice	芝麻飯 Sesame Rice	茄汁義大利麵 Spaghetti with Tomato Sauce	養生地瓜飯 Sweet Potato Rice	紫米飯 Purple Rice
主 菜 Main Dish		匈牙利燉肉 Hungarian Goulash  奶油白醬焗雞丁 Baked Diced Chicken	洋蔥豬排 Pork Chop with Onions	義式香料烤雞排 Italian Herb Grilled Chicken	安東燉雞 Andong Jjimdak (Korean Braised Chicken)	京醬肉絲 Beijin-Style Shredded Pork  香菇雞 Mushroom Chicken
副 食 Side Dish		冬瓜什錦烏蛋 Winter Melon Soup with Quail Eggs	芹香豆包絲 Celery with Shredded Tofu Skin	洋芋沙拉 Potato Salad	蟹黃豆腐 Crab Roe Tofu	香鬆蒸蛋 Steamed Egg with Pork Floss
時 菜 Vegetable		蒜香空心菜 Stir-Fried Water Spinach with Garlic	蒜香青江菜 Stir-Fried Bok Choy with Garlic	蒜香花椰菜 Stir-Fried Broccoli with Garlic	蒜香高麗菜 Stir-Fried Cabbage with Garlic	蒜香蚵白菜 Stir-Fried Napa Cabbage with Garlic & Oyster Sauce
湯 Soup		芋香西米露 Taro Sago Dessert Soup	九尾藥膳湯 Nine-Tail Herbal Soup	玉米濃湯 Creamed Corn Soup	南瓜雪片湯 Pumpkin Egg Drop Soup	芋頭鮮菇湯 Taro and Mushroom 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		蕃茄麵疙瘩 Tomato Dough Drop Soup	蒸肉圓 Steamed Meat Dumplings	廣東粥 Cantonese Congee	雞蛋牛奶捲 Egg Milk Roll	藍莓餐包 Blueberry Bread Roll  豆漿 Soy Milk
營 養 成 分 Nutrient Content	熱 量 Kcal	884	849	890	861	878
	粗 蛋 白 Protein	31.3	29.1	31.8	29.4	30.9
	粗 脂 肪 Fat	29.8	27.7	30.8	28.5	29.6
	糖 Carbohydrate	122.6	120.7	121.4	121.6	122.0