

# 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 18 週

日期 Date 項目 Item		6/8 Mon. (一)	6/9 Tue. (二)	6/10 Wed. (三)	6/11 Thu. (四)	6/12 Fri. (五)
主 食 Main Dish		白米飯 White Rice	芝麻飯 Sesame Rice	紅醬義大利麵 Pasta with Tomato Sauce	地瓜飯 Sweet Potato Rice	紫米飯 Black Rice
主 菜 Main Dish		桔醬白肉 Sliced Pork with Kumquat Sauce  春川炒雞 Korean Spicy Stir-Fried Chicken	宮保雞丁 Kung Pao Chicken	卡拉雞肉排 Crispy Fried Chicken Cutlet	蒲燒鯛魚片 Tilapia Fillet with Kabayaki Sauce	迷迭香雞排 Rosemary Chicken Cutlet  薑汁燒肉 Ginger Pork Stir-Fry
副 食 Side Dish		螞蟻上樹 Glass Noodles with Minced Pork	竹筍炒肉絲 Stir-Fried Shredded Pork with Bamboo Shoots	奶油玉米 Creamed Corn	萵菇絲瓜 Enoki Mushrooms with Loofah	日式蒸蛋 Japanese Steamed Egg Custard
時 菜 Vegetable		炒莧菜 Stir-fried Amaranth	蒜香空心菜 Stir-Fried Water Spinach with Garlic	蒜香花椰菜 Stir-Fried Broccoli with Garlic	蒜香蚵白菜 Stir-Fried Napa Cabbage with Garlic & Oyster Sauce	炒地瓜葉 Stir-Fried Sweet Potato Leaves
湯 Soup		蒜頭雞湯 Garlic Chicken Soup	地瓜芋圓湯 Sweet Potato and Taro Ball Soup	日式味噌湯 Miso Soup	蔬菜濃湯 Creamy Vegetable Soup	羅宋湯 Borscht
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		大滷麵 Braised Noodles	烤鬆餅 Waffles	香菇肉絲粥 Mushroom and Shredded Pork Congee	脆皮煎餃 Crispy Pan-Fried Dumplings	蜂蜜全麥餐包 Honey Whole Wheat Roll  豆漿 Soy Milk
營 養 成 分 Nutrient Content	熱 量 Kcal	892	876	890	872	889
	粗 蛋 白 Protein	31.2	30.7	32.3	31.5	32.3
	粗 脂 肪 Fat	30.8	30.5	30.0	29.3	30.6
	糖 Carbohydrate	122.5	120.3	122.8	120.5	121.2