新竹縣康乃爾美國學校114 年 10 月份營養午餐菜單
Oct. 2025 H.C.A.S Lunch & Snack Menu

日	星期	Main Dish	Dish 1	Dish 2	Dish 3	Dish 4	Soup	Fruit	Snack	Remark	Allergen
1	三 We	白飯 Rice	泰式椰香雞肉 Thai coconut chicken	春捲 Spring rolls	★番茄洋蔥炒蛋 Tomato and onion scrambled eggs	時蔬 Vegetable	冬瓜排骨湯 Winter Melon and Pork Rib Soup	水果 Fruit	馬拉糕 Malay cake	★雞蛋(egg)	★egg
2	四 Th	大亨堡 Hot dog bun	德國香腸 German sausage	洋蔥/酸黃瓜 Onion/Pickle	薯條 Fries	時蔬 Vegetable	●★玉米濃湯 Corn Soup	水果 Fruit	水果 Fruit	★雞蛋(egg) ●起司(cheese)	★egg ●dairy products
3	五 Fr	粄條 Scroll bar	香菇肉燥粄條 Mushroom and pork rice noodles	▲炸花枝排 Fried Squid Rings	★中式滷味 Braised assorted foods	時蔬 Vegetable		水果 Fruit	杯子蛋糕 Cup cake	▲花枝(squid) ★鳥蛋(bird eggs)	▲seafood ★egg
6	一 Mo	中秋節 MOON FESTIVAL									
7	二 Tu	白飯 Rice	匈牙利燉牛肉 Hungarian Beef Stew	●★起司玉米炒蛋 Cheese and Corn Scrambled Eggs	匈牙利蒜烤馬鈴薯 Hungarian Garlic Roasted Potatoes	時蔬 Vegetable	羅宋湯 Borscht	水果 Fruit	黑糖饅頭 Brown sugar bun	★雞蛋(egg) ●起司(cheese)	★egg ●dairy products
8	三 We	五穀飯 Five grain rice	黑胡椒豬柳 Black pepper pork tenderloin	白菜滷 Chinese cabbage	★番茄豆腐炒蛋 Tomato Tofu Scrambled Eggs	時蔬 Vegetable	蒜頭雞湯 Garlic chicken soup	水果 Fruit	鮮肉包 Stamed Pork bun	★雞蛋(egg)	★egg
9	四 Th	義大利麵 Pasta	●奶油燻雞義大利麵 Pasta with Smoked chicken and cream sauce	椒鹽馬鈴薯 Salt and pepper potato	●奶油玉米 Creamed corn	時蔬 Vegetable	●巧達濃湯 Chodal Soup	水果 Fruit	水果 Fruit	●奶油(cream)	●dairy products
10	五 Fr	國慶日 NATIONAL DAY									
13	一 Mo	白飯 Rice	味增炒肉片 Miso Stir-Fried Pork Slices	玉米雞丁 Diced corn chicken	★翡翠蒸蛋 Spinach steamed egg	時蔬 Vegetable	大瓜貢丸湯 Winter melon meat ball soup	水果 Fruit	水果 Fruit	★雞蛋(egg)	★egg
14	二 Tu	糙米飯 Brown Rice	安東燉雞 Andong chicken stew	★辣炒年糕 Spicy rice cake	涼拌黃豆芽 Cold mixed mung bean sprouts	時蔬 Vegetable	★海芽蛋花湯 Egg&Seaweed soup	水果 Fruit	水煎包 Fried buns	★雞蛋(egg)	★egg
15	三 We	軟法麵包 Soft bread	波隆那肉醬(牛+豬) Bolognese Sauce (Beef + Pork)	番茄肉丸子 Tomato Meatballs	馬鈴薯泥 Mashed potatoes	時蔬 Vegetable	果汁 Fruit juice	水果 Fruit	奶油麵包 Butter bread		
16	四 Th	白飯 Rice	紅糟雞丁 Red Glutinous Chicken	塔香海茸 Durvillea Antartic	★紅蘿蔔炒蛋 Carrot scrambled eggs	時蔬 Vegetable	蘿蔔排骨湯 Pork ribs soup with radish	水果 Fruit	水果 Fruit	★雞蛋(egg)	★egg
17	五 Fr	水餃(高麗菜) Dumplings (Cabbage)	檸檬雞柳條 Lemon Chicken	★皮蛋豆腐 Century egg tofu		時蔬 Vegetable	☆酸辣湯 Hot and sour soup	水果 Fruit		★皮蛋(preserved egg) ☆雞蛋(egg)	☆★egg
20	一 Mo	白飯 Rice	糖醋雞丁 Sweet and sour chicken	西芹炒香腸 Stir-fried celery with sausage	玉米炒洋芋 Stir-fried corn with potatoes	時蔬 Vegetable	酸菜肉片湯 Sliced Pork and Pickled Vegetable Soup	水果 Fruit	水果 Fruit		
21	二 Tu	義大利麵 Pasta	▼青醬豬肉義大利麵 Pesto pork pasta	洋蔥圈 Onion rings	○●焗烤地瓜 Baked sweet potato	時蔬 Vegetable	洋蔥濃湯 Onion soup	水果 Fruit	芝麻包 Sesame bun	▼堅果(nut) ●起司(cheese) ○奶油(cream)	▼nut ○●dairy products
22	三 We	香料飯 Spice rice	○酸豆奶油雞肉 Chicken with capers and cream	★金針菇烘蛋 Golden needle mushroom omelette	野菇燉蔬菜 Mushroom vegetable Stew	時蔬 Vegetable	香菇雞湯 Mushroom and Chicken Soup	水果 Fruit	黑糖紅豆捲 Brown sugar red bean roll	○奶油(cream) ★雞蛋(egg)	○dairy products ★egg
23	四 Th	地瓜飯 Sweet potato rice	泡菜豬肉 Pork with Kimchi	蔥爆豆干 Scallion Stir-Fried Tofu	螞蟻上樹 Minced Winter Noodles	時蔬 Vegetable	★紫菜蛋花湯 Egg and seaweed soup	水果 Fruit	水果 Fruit	★雞蛋(egg)	★egg
24	五 Fr	臺灣光復節 TAIWAN RETROCESSION HOLIDAY									
27	一 Mo	白飯 Rice	炸雞排 Fried chicken cutlet	▲柴魚蘿蔔 Dashi braised radish	★三色蛋 Three color egg	時蔬 Vegetable	冬瓜貢丸湯 Winter Melon Meatballs Soup	水果 Fruit	水果 Fruit	▲柴魚片(bonito flakes) ★雞蛋(egg) 鹹蛋(salted egg) 皮蛋(preserved egg)	▲seafood ★egg
28	二 Tu	白飯 Rice	★豬肉丼飯 Pork Rice	鮮菇花椰菜 Fresh mushroom caulifower	五味豆腐 Five flavor tofu	時蔬 Vegetable	玉米蘿蔔湯 Corn and radish soup	水果 Fruit	叉燒包 Barbecued pork buns	★雞蛋(egg)	★egg
29	三 We	糙米飯 Brown Rice	黑胡椒牛柳 Black Pepper Beef Strips	★馬鈴薯火腿炒蛋 Potato and Ham Scrambled Eggs	芹菜豆包 Celery bean bag	時蔬 Vegetable	▲味增豆腐湯 Miso Tofu Soup	水果 Fruit	蜂蜜蛋糕 Honey cake	★雞蛋(egg) ▲柴魚片(bonito flakes)	★egg ▲seafood
30	四 Th	漢堡 Burger	手撕豬肉 Pulled Pork	薯條 Fries	★馬鈴薯沙拉 Potato Salad	時蔬 Vegetable	果汁 Juice	水果 Fruit	水果 Fruit	★雞蛋(egg)	★egg
31	五 Fr	萬聖節 Halloween									