

復興實驗中學-5月餐廳晚餐菜單

日期		4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	9.10.12年級	9.11.12年級	9.10.11.12年級	9.10.11.12年級	9.12年級
主食	特色料理	披薩+蘑菇鐵板麵 油麵+洋蔥+豬絞肉+蘑菇醬	酸辣湯餃 水餃*12+酸辣湯	香酥豬排堡 漢堡+里肌肉排+美生菜	日式咖哩飯 白米+雞肉+馬鈴薯+紅蘿蔔	韓式豬肉蓋飯 白米+豬肉+豆芽+海帶芽+洋蔥+泡
		台式滷肉飯 白米+豆干+香菇+絞肉+紅蔥頭	親子丼飯 白米+雞蛋+雞肉+洋蔥	韓式泡菜炒飯 白米+泡菜+豆芽菜	肉醬義大利麵 筆管麵+豬肉+玉米+洋蔥+番茄	雲南紹子麵 白油麵+豬絞肉+番茄+洋蔥+蔥花
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	★塔香鹹酥雞 雞肉+地瓜+九層塔-炸	橙汁雞丁 雞肉+橙汁-燒	★卡拉雞排 雞排-炸	腐乳燒雞 雞肉+豆腐+紅蘿蔔+豆腐乳-燒	貴妃燒雞 雞胸丁+木耳+洋蔥+小黃瓜-燒
		酸菜魚 旗魚片+酸菜-燒	★香酥蝦排 蝦排-炸	蒲燒鯛 蒲燒鯛-蒸烤	香烤鮭魚 鮭魚-烤	樹子蒸魚 鯛魚片+破布子-蒸
		月桂葉燒肉 豬腿肉+白蘿蔔+紅蘿蔔-燒	照燒燉肉 豬腿肉+馬鈴薯-燉	綠咖哩豬 豬腿肉+馬鈴薯-煮	★香酥豬排 里肌豬排-炸	★鹹酥炸肉 豬肉+地瓜+甜不辣-炸
副菜	副菜 (4選2)	鹹蛋炒竹筍 鹹蛋+鮮筍+蔥花-炒	宮保油豆腐 油豆腐+花生+小黃瓜-炒	蜜汁乾丁米血 豆干+米血-滷	三色干絲 干絲+紅蘿蔔+木耳-炒	豆干燒海結 豆干+海帶結-滷
		竹輪燴西芹 西芹+竹輪-燴	焗烤洋芋 馬鈴薯+紅蘿蔔+起司-烤	沙茶炒寬粉 寬粉+高麗菜-炒	佛跳牆 豬肉+鵝蛋+白蘿蔔+芋頭+筍茸-燒	義式烤洋芋 馬鈴薯+紅蘿蔔-烤
		海結福州丸 海帶結+福州丸-煮	腐皮炒白菜 大白菜+腐皮-炒	雙菇佛手瓜 佛手瓜+杏鮑菇+美白菇+紅蘿蔔-炒	鮮筍炒肉絲 筍絲+肉絲+木耳-炒	鮮菇炒敏豆 杏鮑菇+敏豆+洋蔥-炒
		★起司球*2 起司球-炸	★酥炸洋蔥圈*3 洋蔥圈-炸	★炸薯瓣 薯瓣-炸	★芋泥球*2 芋泥球-炸	★地瓜薯條 地瓜薯條-炸
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	巧達濃湯	酸辣湯	肉骨茶湯	海芽豆腐湯	牛蒡肉絲湯
	甜點	檸檬愛玉	果醋	紫米薏仁湯	紅豆花生湯	黑糖山粉圓
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜

復興實驗中學-5月餐廳**晚餐**菜單

日期		5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	9.10.12年級	9.11.12年級	9.10.11.12年級	9.10.11.12年級	9.12年級
主食	特色料理	酸辣湯餃 水餃*12+酸辣湯	親子丼飯 白米+雞蛋+雞肉+洋蔥	香蔥雞絲飯 白米+雞肉絲+紅蔥頭	義式奶油雞燜飯 白米+雞肉+紅蘿蔔	蘿蔔糕*2 蘿蔔糕-炸
		炸醬麵 油麵+豬絞肉+豆干+紅蘿蔔+小黃瓜	越式番茄豬肉寬粉 寬粉+豬肉片+番茄+洋蔥+豆芽菜+紅蘿蔔+九層塔	卡拉雞腿堡 漢堡+美生菜+卡拉雞腿排	大阪燒炒麵 油麵+魚板絲+豬肉絲+洋蔥	味噌拉麵 拉麵+玉米粒+筍乾+海帶芽+豬肉
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	蜜汁烤雞腿排 雞腿排-烤	★炸雞腿 雞腿-炸	麻油雞丁 雞肉+杏鮑菇+薑片-燒	橙汁雞丁 雞肉+紅蘿蔔+橙汁-燒	芋頭燒雞 雞肉+芋頭-燒
		★天婦羅炸蝦*3 天婦羅蝦-炸	烤鯖魚 鯖魚-烤	★香酥蝦排 蝦排-炸	★香酥魚片 水鯊魚-炸	紅燒魚 旗魚丁+洋蔥+紅蘿蔔-燒
		糖醋豬肉 豬腿肉-煮	泡菜豬肉片 豬肉片+泡菜+大白菜-炒	筍乾燒肉 豬腿肉+筍乾-燒	洋芋照燒燉肉 豬腿肉+馬鈴薯+紅蘿蔔-燉	★香酥豬排 里肌豬排-炸
副菜	副菜 (4選2)	時蔬烘蛋 雞蛋+櫛瓜+南瓜-蒸烤	蜆絲蒸蛋 雞蛋+蜆絲-蒸	田園粉絲 粉絲+木耳+絞肉-炒	滷蛋油腐 水煮蛋+油豆腐-滷	洋芋燴蛋 雞蛋+馬鈴薯-炒
		咖哩肉絲寬粉 寬粉+豆芽菜+豬肉絲-炒	獅子頭羹 獅子頭+大白菜+木耳+紅蘿蔔-滷	魚蛋白菜滷 大白菜+魚蛋+黑木耳-滷	紅油抄手*3 抄手-煮	玉米炒三色 玉米粒+絞肉+毛豆+紅蘿蔔-炒
		西芹炒腐竹 西芹+腐竹-炒	高麗菜炒肉末 高麗菜+豬絞肉-炒	黃瓜炒木耳 大黃瓜+木耳-炒	冬瓜燒毛豆 冬瓜+毛豆-燒	油腐海結 海帶+油豆腐-滷
		★奶香玉米餅*2 奶香玉米餅-炸	★炸餛飩*3 餛飩-炸	★山藥捲*2 山藥捲-炸	★波浪薯條 薯條-炸	★麥克雞塊*3 雞塊-炸
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	酸辣湯	玉米蛋花湯	關東煮湯	韓式辣年糕湯	和風野菜湯
	甜點	冰捲	檸檬愛玉	椰香西米露	中華豆花	養樂多
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜

復興實驗中學-5月餐廳晚餐菜單

日期		5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	9.10.12年級	9.11.12年級	9.10.11.12年級	9.10.11.12年級	9.12年級
主食	特色料理	海南雞飯 白米+雞丁+小黃瓜+青蔥	奶香雞肉燉飯 白米+雞肉+杏鮑菇+馬鈴薯+毛豆	肉絲蛋炒飯 白米+雞蛋+洋蔥+玉米+豬肉	雞肉焗烤厚片 吐司+雞肉+杏鮑菇+玉米+起司	香酥豬排堡 漢堡+里肌肉排+美生菜
		地獄拉麵 油麵+豬肉+貢丸+海芽+豆芽菜	海芽雲吞麵 餛飩*5+白油麵+小白菜+海帶芽	韓式部隊鍋 蒸煮麵+豬肉+貢丸+鑫鑫腸+豆腐+泡菜	玉米濃湯餃 水餃*12+玉米粒	野菇豬肉炊飯 白米+杏鮑菇+豬肉
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	★卡拉雞排 雞排-炸	柚子蜜雞 雞胸丁+馬鈴薯+柚子醬-燒	麻油雞丁 雞肉+杏鮑菇+薑片-燒	★紅糟炸雞 雞肉+地瓜+紅糟-炸	栗子燒雞 雞肉+栗子-燒
		三杯魚塊 鬼頭刀+杏鮑菇+九層塔-燒	★塔香虱目魚條 虱目魚條+甜不辣+九層塔-炸	蒲燒鯛 蒲燒鯛-蒸	清蒸豆豉鯛魚 鯛魚片+豆豉-蒸	★酥炸魚丁 旗魚丁+地瓜-炸
		義式香料燉肉 豬腿肉+馬鈴薯-燉	藥燉豬肉 豬腿肉+白蘿蔔-燉	★椒鹽排骨酥 豬肉+甜不辣-炸	蒜泥白肉 豬肉片+蒜泥-煮	咖哩豬肉片 豬肉片+洋蔥-燒
副菜	副菜 (4選2)	關東煮 白蘿蔔+黑輪+米血+茼蒿-煮	壽喜燒豆腐 豆腐+洋蔥-燒	玉米炒蛋 雞蛋+玉米-炒	腰果蜜汁干片 豆干+腰果-炒	竹輪炒銀芽 竹輪片+豆芽菜+韭菜-炒
		奶油燉白菜 大白菜+紅蘿蔔-燉	金沙南瓜 南瓜+鹹蛋黃-炒	燒賣*2 燒賣-蒸	三杯海茸 海茸+紅蘿蔔+九層塔-炒	泡菜炒年糕 年糕+大白菜+泡菜-炒
		毛豆干丁 豆干+毛豆-炒	時蔬雞絲 青花椰+玉米粒+雞絲-炒	絲瓜寬粉煲 寬粉+絲瓜-煮	鹹蛋炒竹筍 鹹蛋+鮮筍+蔥花-炒	烤地瓜*1 地瓜-烤
		★酥炸洋芋*2 馬鈴薯丸-炸	★起司球*2 起司球-炸	★蝦捲*1 蝦捲-炸	★花枝丸*2 花枝丸-炸	★日式炸豆腐 豆腐-炸
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	番茄蛋花湯	韓式黃芽湯	蘿蔔貢丸湯	玉米濃湯	肉羹湯
	甜點	布丁	優酪乳	中華愛玉	特濃可可捲	仙草蜜
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜

復興實驗中學-5月餐廳晚餐菜單

日期		5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	9.10.12年級	9.11.12年級	9.10.11.12年級	9.10.11.12年級	9.12年級
主食	特色料理	奶香豬肉燉飯 白米+雞肉+杏鮑菇+馬鈴薯+毛豆	鮮菇焗飯 白米+杏鮑菇+紅蘿蔔+毛豆+起司	韓式拌飯 白米+豬肉+豆芽+海帶芽+洋蔥+泡	包子*2 菜包+肉包-蒸	茄汁蛋包飯 白米+玉米粒+豬肉絲+杏鮑菇+蛋皮
		豬排三明治 吐司+豬排+美生菜	泡菜肉絲炒麵 白油麵+大白菜+泡菜+豬肉絲	紅燒牛肉麵 白油麵+牛腩+白蘿蔔+紅蘿蔔+小白	韓式辣拌麵 油麵+小黃瓜絲+豆芽菜+豬肉絲	什錦蔬菜炒麵 油麵+豆芽菜+高麗菜+紅蘿蔔
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	義式烤雞腿排 雞腿排-烤	彩椒燴雞 雞肉+紅椒+黃椒-燴	鮮茄燉雞 雞肉+番茄-燉	三杯翅腿 翅腿+九層塔-燒	★日式唐揚雞 雞肉-炸
		酸湯魚 旗魚片+酸菜+白蘿蔔-煮	★泰式檸檬魚 水鯊魚片+檸檬汁-炸	★香酥花枝排 花枝排-炸	★塔香魚丁 水鯊魚+九層塔-炸	宮保魷魚 魷魚+洋蔥-燒
		★京都排骨 豬腿肉+排骨+馬鈴薯-燒	豆豉蒸排骨 中排+豬腿肉+地瓜-蒸	橙汁豬肉 豬肉+洋蔥+橙汁-煮	黑胡椒豬排 黑胡椒豬排-炸	醬燒豬肉 豬腿肉-燒
副菜	副菜 (4選2)	★薯餅*2 薯餅-炸	滷油腐海結 油豆腐+海帶結+白蘿蔔-滷	三杯米血鮑菇 米血+杏鮑菇+九層塔-炒	肉燥干片 豆干+豬肉+紅蘿蔔-炒	番茄炒蛋 雞蛋+番茄-炒
		宮保油腐 油豆腐+花生+小黃瓜-炒	起司焗烤蔬菜 馬鈴薯+白花椰+南瓜+起司-烤	油燜冬瓜豆皮 冬瓜+豆包條-燒	海苔蛋捲*2 海苔蛋捲	獅子頭羹 獅子頭+大白菜+木耳+紅蘿蔔-滷
		太陽蛋 雞蛋-蒸烤	韓式小黃瓜 小黃瓜+洋蔥+黃豆芽-炒	珍珠丸*2 珍珠丸-蒸	香料烤蔬菜 馬鈴薯+白花椰+櫛瓜-烤	四喜烤麩 烤麩+蘿蔔+紅蘿蔔+毛豆-炒
		沙茶海根條 海根條+沙茶-炒	★馬蹄條*2 馬蹄條-炸	★炸湯圓 炸湯圓+花生粉-炸	★時蔬天婦羅 南瓜+四季豆+杏鮑菇-炸	★起司條*2 起司條-炸
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	洋蔥濃湯	高麗味噌湯	藥膳雞湯	榨菜粉絲湯	山藥薏仁湯
	甜點	雙色芋圓湯	紅豆薏仁湯	奶皇包	迷你鬆餅	豆漿紅茶
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜

復興實驗中學-5月餐廳晚餐菜單

日期		5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	
晚餐		週一	週二	週三	週四	
	年級	9.10.12年級	9.11.12年級	9.10.11.12年級	9.10.11.12年級	
主食	特色料理	三杯雞炒飯 白米+雞肉+小黃瓜	廣東粥 白米+玉米粒+絞肉+雞蛋+紅蘿蔔	茄汁肉醬燉飯 白米+豬絞肉+玉米粒+番茄醬	沙茶肉絲燴飯 白飯+高麗菜+肉絲	
		日式烏龍湯麵 烏龍麵+青江菜+豆腐+魚板+豬肉片	披薩+奶油培根義大利麵 義大利麵+培根+玉米粒+洋蔥	泡菜豆腐鍋 蒸煮麵+泡菜+豆腐+大白菜+豬肉+年糕	紅燒牛肉麵 白油麵+牛腩+白蘿蔔+紅蘿蔔+小白菜	
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	★酥炸翅腿*3 翅腿-炸	韓式泡菜雞 雞肉+大白菜+泡菜-煮	檸香雞丁 雞肉+檸檬汁-煮	★美式炸雞腿 雞腿-炸	
		白醬洋芋魚塊 旗魚丁+馬鈴薯-燒	★糖醋魚片 旗魚-炸	★金黃柳葉魚*3 柳葉魚-炸	奶香魚丁 鬼頭刀+洋蔥-燒	
		鳳梨咕咾肉 豬腿+紅蘿蔔+鳳梨-燒	五香滷肉 豬腿肉-滷	蔥爆豬肉片 豬肉片+洋蔥-炒	味噌燒肉 豬肉+白蘿蔔+紅蘿蔔+味噌-燒	
副菜	副菜 (4選2)	肉羹白菜滷 白菜+肉羹-煮	洋芋烘蛋 雞蛋+馬鈴薯-蒸烤	培根高麗菜 高麗菜+培根-炒	日式醬燒馬鈴薯 馬鈴薯+紅蘿蔔+洋蔥-燒	
		菜脯炒蛋 雞蛋+菜脯-炒	海帶三絲 海帶絲+干絲+紅蘿蔔-炒	麻辣凍豆腐 凍豆腐+米血糕-煮	培根花椰 白花椰+青花椰+培根-炒	
		三色洋芋丁 馬鈴薯+毛豆+紅蘿蔔-炒	韓式年糕 年糕+大白菜-炒	紅燒杏菇塊 杏鮑菇+紅蘿蔔-燒	麻辣乾香鍋 竹輪+玉米段+杏鮑菇+紅蘿蔔+豬肉片+馬鈴薯+角螺	
		★酥炸洋蔥圈*3 洋蔥圈-炸	★芝麻球*2 芝麻球-炸	★炸薯瓣 薯瓣-炸	★雙色地瓜球*4 雙色地瓜球-炸	
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	
湯品	鹹湯	剝皮辣椒雞湯	大瓜貢丸湯	冬瓜排骨湯	肉骨茶湯	
	甜點	馬拉糕	小杯子蛋糕	蛋塔	果醋	
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜