

復興實驗中學-6月餐廳晚餐菜單

日期		6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	10.12年級	11.12年級(餐廳定食)	10.11.12年級	10.11.12年級	12年級(餐廳餐盒)
主食	特色料理	台式炒米粉 <small>米粉+高麗菜+豬肉絲+香菇</small>		起司鮮菇焗飯 <small>白米+杏鮑菇+香菇+乳酪絲+毛豆仁</small>	地獄拉麵 <small>拉麵+豬肉片+貢丸+黃豆芽+玉米粒</small>	
		皮蛋瘦肉粥 <small>白米+豬絞肉+皮蛋+玉米粒</small>		日式炒麵 <small>油麵+豬肉絲+紅蘿蔔+高麗菜+魚板</small>	肉圓*4 <small>牙齒肉圓</small>	
	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)	左宗棠雞 <small>雞肉+馬鈴薯+甜椒-炒</small>		腐乳燒雞 <small>雞肉+豆腐+豆腐乳-燒</small>	椰香咖哩雞 <small>雞肉+馬鈴薯+紅蘿蔔-炒</small>	★蒜香檸檬雞 <small>雞肉+地瓜+檸檬汁+大蒜-炸</small>
		★香酥花枝排 <small>花枝排-炸</small>	奶香魚丁 <small>鬼頭刀+馬鈴薯+洋蔥-煮</small>	★糖醋魚丁 <small>旗魚丁+洋蔥-炒</small>	樹子蒸魚 <small>鯛魚片+樹子-蒸</small>	
		照燒豬肉片 <small>豬肉片+洋蔥-燒</small>	古早味滷排 <small>里肌豬排-滷</small>	紅燒豬柳 <small>豬柳+洋蔥-燒</small>	★香酥豬排 <small>里肌豬排-炸</small>	孜然肉片 <small>豬肉片+洋蔥+紅蘿蔔-炒</small>
副菜	副菜 (4選2)	海結福州丸 <small>海帶結+福州丸-滷</small>	泡菜炒年糕 <small>年糕+大白菜+泡菜-炒</small>	三色干絲 <small>干絲+木耳+紅蘿蔔-炒</small>	塔香甜不辣 <small>甜不辣+九層塔-炒</small>	義式烤蔬菜 <small>白花菜+馬鈴薯+櫛瓜-烤</small>
		肉燥干片 <small>豆干+豬絞肉+紅蘿蔔-炒</small>	番茄炒蛋 <small>雞蛋+番茄-炒</small>	田園肉末寬粉 <small>寬粉+玉米粒+高麗菜+豬絞肉-炒</small>	客家小炒 <small>豆干+豬肉絲+芹菜-炒</small>	三色干絲 <small>豆干+木耳+紅蘿蔔-炒</small>
		蛋酥白菜滷 <small>大白菜+紅蘿蔔+雞蛋-燜</small>		三杯海茸 <small>海茸+紅蘿蔔+九層塔-炒</small>	洋蔥奶油鮑菇 <small>杏鮑菇+洋蔥+奶粉-煮</small>	
		★炸水餃*3 <small>水餃-炸</small>		★雙色地瓜球*4 <small>雙色地瓜球-炸</small>	★時蔬天婦羅 <small>四季豆+杏鮑菇+南瓜+牛蒡-炸</small>	★波浪薯條 <small>波浪薯條-炸</small>
	當季綠色蔬菜 (必選)	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	冬瓜肉絲湯	玉米濃湯	柴魚肉羹湯	海芽蛋花湯	
	甜點	冰捲	紅豆薏仁湯	綠豆QQ	黑森林蛋糕	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-6月餐廳晚餐菜單

日期		6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	10年級	11年級(餐廳定食)	10.11年級	10.11年級	
主食	特色料理	海南雞飯 <small>白米+雞胸肉+小黃瓜+青蔥+薑</small>		蘑菇鐵板麵 <small>油麵+豬絞肉+玉米粒+洋菇+洋蔥</small>	韓式部隊鍋 <small>蒸煮麵+豬肉片+貢丸+鑫鑫腸+豆腐+韓式泡菜</small>	
		魷魚羹麵 <small>油麵+魷魚羹+大白菜+木耳</small>		泰式打拋豬飯 <small>白米+豬絞肉+番茄+九層塔</small>	香蔥雞絲飯 <small>白米+雞肉絲+紅蔥頭</small>	
	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)	★炸雞腿 <small>雞腿-炸</small>		剝皮辣椒燉雞 <small>雞肉+剝皮辣椒+白蘿蔔-燉</small>	★韓式炸雞 <small>雞肉+地瓜-炸</small>	不供餐
		薄鹽烤鯖魚 <small>鯖魚-烤</small>	★香酥蝦排 <small>蝦排-炸</small>	★酥炸魚排 <small>得利魚排-炸</small>	沙茶魚丁 <small>旗魚丁+大白菜-煮</small>	
		紅麴燒肉 <small>豬腱肉+白蘿蔔+紅麴醬-燒</small>	佛蒙特咖哩豬 <small>豬腱肉+馬鈴薯-煮</small>	醬燒豆腐豬 <small>豬腱肉+豆腐-燒</small>	泡菜豬肉片 <small>豬肉片+韓式泡菜+大白菜-炒</small>	
副菜 (4選2)	香菇炒蛋 <small>雞蛋+香菇+杏鮑菇-炒</small>	麻婆豆腐 <small>豆腐+豬絞肉-炒</small>	紅油抄手*3 <small>餛飩-煮</small>	韓式小黃瓜 <small>小黃瓜+黃豆芽+洋蔥-炒</small>		
	滷味拼盤 <small>豆干+白蘿蔔+海帶結-滷</small>		胡麻花椰 <small>白花椰+青花椰-炒</small>	蒜香海根條 <small>海根條+紅蘿蔔+大蒜-炒</small>		
	烤地瓜 <small>冰心地瓜-烤</small>		佛跳牆 <small>豬肉+鵪鶉蛋+芋頭+筍干+白蘿蔔-煮</small>	海苔蛋捲*2 <small>海苔蛋捲</small>		
	★起司條*2 <small>起司條-炸</small>	★芝麻球 <small>芝麻球-炸</small>	★炸薯瓣 <small>薯瓣-炸</small>	★酥炸洋蔥圈*3 <small>洋蔥圈-炸</small>		
當季綠色蔬菜 (必選)	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜		
湯品	鹹湯	泰式酸辣湯	冬瓜玉米湯	肉骨茶湯	蘿蔔魚丸湯	
	甜點	蛋塔	草莓蛋糕	仙草甜湯	波士頓蛋糕	
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-6月餐廳晚餐菜單

日期		6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五	
	年級	10年級	11年級(餐廳定食)	10.11年級	10.11年級		
主食	特色料理	什錦炒烏龍 <small>烏龍麵+豆芽+豬肉絲+紅蘿蔔+香菇</small>		紅燒牛肉麵 <small>油麵+牛腩+青菜+紅蘿蔔+白蘿蔔+酸菜</small>	鮪魚焗烤厚片 <small>吐司+鮪魚+玉米粒+乳酪絲</small>		
		豬肉壽喜燒蓋飯 <small>白米+豬肉片+雞蛋+洋蔥</small>		日式飯捲 <small>白米+肉鬆+小黃瓜+紅蘿蔔+海苔</small>	大阪燒炒麵 <small>油麵+豬肉絲+高麗菜+魚板+柴魚</small>		
	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)	鹽焗雞 <small>雞肉+小黃瓜-焗</small>	★塔香鹹酥雞 <small>雞肉+地瓜+九層塔-炸</small>	三杯雞 <small>雞肉+米血-燒</small>	★紅糟炸雞 <small>雞肉+地瓜-炸</small>	不供餐	
		蒜蓉魚片 <small>鯛魚片+蒜蓉-燒</small>		★炸鯖魚 <small>鯖魚-炸</small>	紅燒魚 <small>鬼頭刀+洋蔥-燒</small>		
		★糖醋排骨 <small>豬腱肉+中排肉+紅蘿蔔+鳳梨-炸</small>	野菇燒肉 <small>豬腱肉+杏鮑菇+金針菇-燒</small>	茄汁肉片 <small>豬肉片+番茄+洋蔥-炒</small>	花生滷肉 <small>豬腱肉+白蘿蔔+花生-滷</small>		
副菜 (4選2)	宮保豆干 <small>豆干+杏鮑菇+小黃瓜-炒</small>	咖哩肉絲寬粉 <small>寬粉+豬肉絲+綠豆芽+紅蘿蔔-炒</small>	四喜烤麩 <small>烤麩+白蘿蔔+毛豆仁+紅蘿蔔-炒</small>	玉米炒三色 <small>玉米粒+豬肉+毛豆仁-炒</small>			
	田園粉絲 <small>冬粉+高麗菜+豬絞肉-炒</small>	麻辣凍豆腐 <small>凍豆腐+米血-煮</small>	太陽蛋 <small>雞蛋-蒸烤</small>	起司焗烤蔬菜 <small>白花菜+馬鈴薯+櫛瓜+乳酪-烤</small>			
	獅子頭羹 <small>獅子頭+大白菜+木耳-煮</small>		三杯米血鮑菇 <small>米血+杏鮑菇+九層塔-炒</small>	豆干燒海結 <small>豆干+海帶結-燒</small>			
	★馬蹄條*2 <small>馬蹄條-炸</small>		★麥克雞塊*3 <small>麥克雞塊-炸</small>	★三角薯餅*2 <small>薯餅-炸</small>			
當季綠色蔬菜 (必選)	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜			
湯品	鹹湯	蘿蔔貢丸湯	高麗味噌湯	關東煮湯	山藥雞湯		
	甜點	迷你鬆餅	奶皇包	果醋	雙色芋圓湯		
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-6月餐廳晚餐菜單

日期		6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日
晚餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	餐廳定食	11年級(餐廳定食)	11年級	11年級	
主食	特色料理			日式醬油拉麵 拉麵+豬肉片+魚板+玉米粒	韓式拌飯 白米+豬肉絲+韓式泡菜+黃豆芽+海帶芽+洋蔥	
	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)	柚子蜜雞 雞肉+地瓜+柚子醬-燒	★炸雞腿 雞腿-炸	蜜汁腰果雞丁 雞肉+馬鈴薯+腰果-燒	貴妃燒雞 雞肉+小黃瓜+木耳+洋蔥-燒	不供餐
		★酥炸魚排 得利魚排-炸		★天婦羅炸蝦 天婦羅炸蝦-炸	宮保魚塊 水鯊魚丁+甜不辣-炒	
			蒜泥白肉 豬肉片+蒜泥+青蔥-煮	梅干燒肉 豬肉+白蘿蔔+梅干菜-燒	★鹹酥炸肉 豬腿肉+地瓜+甜不辣-炸	
副菜 (4選2)	塔香海帶根 海帶根+紅蘿蔔+九層塔-炒	佛跳牆 中排肉+白蘿蔔+筍干+鵝蛋+芋頭-煮	宮保油腐 油豆腐+花生+小黃瓜-炒	鴿蛋滷米血 米血+鴿蛋-滷		
	洋芋燴蛋 雞蛋+馬鈴薯-炒	★起司球 起司球-炸	辣炒高麗菜肉末 高麗菜+豬絞肉-炒	義式烤洋芋 馬鈴薯+紅蘿蔔-烤		
			珍珠丸*2 珍珠丸-蒸	辣炒海帶絲 豆干+海帶絲+紅蘿蔔-炒		
			★椒鹽時蔬 杏鮑菇+敏豆+地瓜-炸	★芋泥球*2 芋泥球-炸		
	當季綠色蔬菜 (必選)	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	
湯品	鹹湯	巧達濃湯	白菜豆腐湯	青木瓜肉片湯	韓式黃芽湯	
	甜點	奶香西米露	布丁	中華愛玉	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	

※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