

馬公高中員生社112年2月20日-112年2月24日學生午餐菜單(含熱量標示Kcal)

日期	主菜 (2選1)	副菜 (2選1)	副菜	副菜	副菜	燴飯.炒飯.麵類	湯	人數
2/20 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	三杯雞(300)	貢丸(75)	蝦皮絲瓜(25)	空心菜(25)	家常粉絲 (80)	肉羹燴飯(620) 三角薯餅(110)	(9 紅 0 茶)	自助650人 燴飯450人
	糖醋排骨(300)	麥克雞塊 (120)						
2/21 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	里肌肉片(300)	鮮枝捲(120)	洋蔥炒黑輪(25)	小白菜(25)	三色蒸蛋 (75)	什錦湯麵(620)	(1 紅 0 豆 0 湯)	自助650人 麵類450人
	雞腿(300)	蚵捲(120)						
2/22 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	海帶燉肉(300)	百頁豆腐 (120)	南瓜(35)	炒油菜(25)	榨菜肉絲 (75)	豬肉燴飯(620) 雞柳條(120)	(9 冬 0 瓜 茶)	自助650人 燴飯450人
	雞腿排(300)	芋丸(120)						
2/23 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	香滷肉燥(300)	秋刀魚(150)	高麗菜(25)	炒A菜(25)	中式香腸 (75)	宮保雞丁燴飯 (620) 薯條(110)	(9 茉 0 莉 綠 茶)	自助650人 燴飯450人
		甜不辣(120)						
2/24 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	冬瓜排骨(300)	米血(75)	香菇麵筋(75)	山東白菜(25)	香腸小黃瓜 (25)	火腿蛋炒飯 (620) 咖 啦雞((300) 青菜(25)	(玉 2 米 5 濃 湯)	自助650人 炒飯450人
	雞翅(300)	鱈魚捲(120)						
營養師	經理		理事主席			校長		

本校餐廳使用CAS豬肉、在地所產溫體豬肉、澳大利亞綿羊肉、巴拉圭牛肉等安全食材；請安心食用，謝謝。