

馬公高中員生社112年4月17日-112年4月21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
4/17 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	馬鈴薯排骨(300)	鱈魚捲(120)	芋香四色(35)	炒A菜(25)	蘿蔔炒黑輪 (25)	羊肉燴飯(620) 龍鳳腿(150)	(9 麥 0 茶)	自助650人 燴飯450人
	雞腿(300)	滷豆干(75)						
4/18 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	韓式腿排(300)	油豆腐(120)	豆輪海結(75)	香甜高麗(25)	家常冬粉 (75)	鮭魚炒飯(625) 三角薯餅(110)	(玉 9 米 0 濃) 湯	自助650人 燴飯450人
	五花肉片(300)	紅燒獅子頭 (75)						
4/19 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	香滷肉燥(300)	滷蛋(75)	扁魚白菜(25)	炒油菜(25)	麻婆豆腐 (75)	土魷魚羹麵 (625)	(9 紅 0 茶)	自助650人 麵類450人
4/20 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	胡椒豬排(300)	鮮枝捲(120)	開陽匏瓜(25)	青江菜(25)	醬瓜肉燥 (75)	豬肉燴飯(620) 甜不辣(120)	(1 紅 0 豆 0 湯)	自助650人 燴飯450人
	三杯雞(300)	花枝丸(60)						
4/21 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	筍干蹄膀(300)	秋刀魚(150)	蕃茄炒蛋(25)	空心菜(25)	豆干炒菜圍 (35)	香腸蛋炒飯 (625) 咖啦雞(300) 青菜(25)	(9 冬 0 瓜) 茶	自助650人 炒飯450人
	雞翅(300)	甜不辣(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。