

馬公高中員生社112年4月24日-112年4月28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
4/24 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	雞翅(300)	貢丸(75)	絲瓜魚板(25)	大白菜(25)	家常粉絲 (80)	豬肉燴飯(620) 麥克雞塊(120)	(9 麥 0 茶)	自助650人 燴飯450人
	海帶燉肉(300)	花枝丸(60)						
4/25 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	雞腿排(300)	蚵捲(120)	芹菜豆干肉絲 (75)	小白菜(25)	香菇肉燥 (75)	羊肉燴飯(620) 薯條(110)	(2 紫 4 湯 菜)	自助650人 燴飯450人
	醬汁里肌肉(300)	龍鳳腿(150)						
4/26 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	芋香排骨(300)	百頁豆腐 (120)	仁仁豆輪(25)	蒜香菠菜(25)	蟹肉炒蛋 (75)	肉羹燴飯(620) 雞柳條(120)	(茉 9 莉 0 綠)	自助650人 燴飯450人
	雞腿(300)	鮮枝捲(120)						
4/27 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	麻油雞(300)	海帶片(8)	炒木須肉(35)	炒油菜(25)	洋蔥炒甜不 辣(25)	麵疙瘩(635)	(冬 9 瓜 0 茶)	自助650人 麵類450人
	裹粉炸豬排(300)	豆包(75)						
4/28 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	風味燉肉(300)	甜不辣(120)	香甜高麗(25)	空心菜(25)	鮪魚玉米 (45)	肉絲蛋炒飯 (620)二節翅 (120) 青 菜(25)	(9 紅 0 茶)	自助650人 炒飯450人
	雞堡(300)	黑輪條(150)						
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。