

馬公高中員生社112年5月22日-112年5月26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
5/22 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	筍干燉肉(300)	鱈魚捲(120)	炒木須肉(35)	油菜(25)	花生麵筋 (75)	牛肉燴飯(620) 薯條(240)	(~茉 9 莉 0 綠 ~茶)	自助650人 燴飯450人
	雞腿排(300)	貢丸(75)						
5/23 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	熱狗棒(300)	滷豆干(75)	香腸小黃瓜(35)	小白菜(25)	螞蟻上樹 (70)	豬肉燴飯(620) 甜不辣(120)	(~麥 9 0 茶 ~)	自助650人 燴飯450人
	茄汁豬排(300)	雞柳條(120)						
5/24 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	馬鈴薯排骨(300)	花枝丸(60)	芹香豆薯(25)	空心菜(25)	碎瓜肉燥 (75)	咖哩雞燴飯(620) 炸豬排(300)	(~綠 1 0 豆 0 湯 ~)	自助650人 燴飯450人
	三節翅(300)	秋刀魚(150)						
5/25 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	糖醋排骨(300)	鮮枝捲(120)	爆三絲(25)	高麗菜(25)	蕃茄炒蛋 (75)	什錦炒油麵(620)	(~冬 9 0 瓜 茶 ~)	自助650人 麵類450人
	雞腿(300)							
5/26 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	干燒雞丁(300)	麥克雞塊(120)	炒合菜(35)	大陸妹(25)	玉米肉末 (75)	香腸蛋炒飯(620) 翅小腿(240) 青菜(25)	(~紅 9 0 茶 ~)	自助650人 炒飯450人
	五花肉片(300)	芋丸(95)						
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。