

馬公高中員生社112年5月29日-112年6月2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
5/29 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	茄汁雞丁(300)	中式香腸(75)	海帶絲豆芽(25)	青江菜(25)	咖哩(75)	什錦米苔苜湯 (635)	(9 紅 0 茶)	自助650人 麵類450人
	五花肉片(300)	芋丸(95)						
5/30 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	芋香排骨(300)	鮮枝捲(120)	毛豆干丁(75)	炒A菜(25)	洋蔥炒肉絲 (25)	肉羹燴飯(620) 三角薯餅(110)	(1 綠 0 豆 0 湯)	自助650人 燴飯450人
	雞腿排(300)	秋刀魚(150)						
5/31 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	三杯雞(300)	滷豆干(75)	仁仁海結(25)	炒油菜(25)	青豆仁玉米 燴蛋(50)	鹹粥(625) 熱狗棒(300)	(9 冬 0 瓜 茶)	自助650人 燴飯450人
	里肌肉片(300)	貢丸(75)						
6/1 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	腐乳扣肉(300)	蚵捲(120)	菠菜(35)	山東白菜(25)	干燒百頁 (75)	羊肉燴飯(620) 甜不辣(120)	(茉 9 莉 0 綠 茶)	自助550人 燴飯350人
	三節翅(300)	雞柳條(120)						
6/2 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	冬瓜排骨(300)	米血(75)	香菇麵筋(75)	大陸妹(25)	大黃瓜(25)	火腿蛋炒飯 (620) 咖 啦雞((300) 青菜(25)	(2 蔬 5 菜 湯)	自助550人 炒飯350人
	裹粉豬排(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。