

馬公高中員生社112年5月8日-112年5月12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
5/8 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	花枝排(300)	貢丸(75)	匏瓜鮑菇(25)	空心菜(25)	家常粉絲 (80)	羊肉燴飯(620) 雞柳條(120)	(9 0 茶)	自助650人 燴飯450人
	里肌肉片(300)	麥克雞塊 (120)						
5/9 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	浸料香雞排(300)		洋蔥炒黑輪(25)	小白菜(25)	三色蒸蛋 (75)	什錦湯麵(620)	(1 0 紅 0 豆 湯	自助650人 麵類450人
5/10 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	蘿蔔燉肉(300)	百頁豆腐 (120)	紅蘿蔔炒蛋(25)	炒油菜(25)	榨菜肉絲 (75)	豬肉燴飯(620) 三角薯餅(110)	(9 0 冬 瓜 茶	自助650人 燴飯450人
	雞腿排(300)	花枝丸(60)						
5/11 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	香滷肉燥(300)	滷蛋(75)	海帶片(8)	炒A菜(25)	香腸小黃瓜 (25)	宮保雞丁燴飯 (620) 薯條(110)	(9 0 茉 0 莉 綠 茶	自助650人 燴飯450人
5/12 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	糖醋排骨(300)	米血(75)	蠔油芥蘭(35)	山東白菜(25)	香菇花生麵 筋(110)	火腿蛋炒飯(620) 翅小腿((150) 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。