

馬公高中員生社112年6月26日-112年6月30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
6/26 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	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)	什錦湯麵(620)	(9 0 茶)	自助550人 麵類350人
	雞腿排(300)	花枝丸(60)						
6/27 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	糖醋排骨(300)	鮮枝捲(120)	冬瓜(25)	大陸妹(25)	麻婆豆腐 (75)	肉絲炒飯(620) 翅小腿((150) 青菜(25)	(9 0 瓜 茶)	自助550人 燴飯350人
	三節翅(300)							
6/28 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 愛玉(60)	無骨雞腿排(300)	米血(75)	南瓜(35)	山東白菜(25)	香菇花生麵 筋(110)	豬肉燴飯(620) 甜不辣(120)	(菜 9 0 綠 茶)	自助550人 炒飯350人
		麥克雞塊(120)						
6/29 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	馬鈴薯排骨(300)	鱈魚捲(120)	高麗菜(35)	青江菜(25)	蘿蔔炒黑輪 (25)	炒飯 (620) 鮮枝捲(150) 青菜(25)	(1 0 0 茶)	自助550人 燴飯350人
	雞腿(300)	滷豆干(75)						
6/30 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	休業式							
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。