

馬公高中員生社112年6月5日-112年6月9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
6/5 (一) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	熱狗棒(300)		匏瓜魚板(25)	大陸妹(25)	家常粉絲 (80)	豬肉燴飯(620) 薯條(110)	（ 菜 9 莉 0 綠 ） 茶	自助550人 燴飯350人
6/6 (二) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	海帶燉肉(300)	麥克雞塊(120)	龍鬚豆芽菜(25)	炒油菜(25)	蕃茄炒蛋 (75)	肉燥乾麵(620)	（ 1 紅 0 豆 0 湯	自助550人 麵類350人
	花枝排(300)	油豆腐(75)						
6/7 (三) 白米飯(350) 雜糧飯(350) 水果(60)	雞腿排(300)	鹹蛋苦瓜(25)	麻婆豆腐(75)	小白菜(25)	玉米燴毛豆 (35)	羊肉燴飯(620) 黑輪條(150)	（ 9 紅 0 茶 ）	自助550人 燴飯350人
	排骨(300)	蚵捲(120)						
6/8 (四) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	雞堡(300)	鱈魚捲(120)	香菇肉燥(75)	高麗菜(25)	炒菠菜(25)	肉羹燴飯(620) 麥克雞塊2(240)	（ 9 冬 0 瓜 ） 茶	自助550人 燴飯350人
	里肌肉片(300)	百頁豆腐(120)						
6/9 (五) 白米飯(350) 雜糧飯(350)	五花肉片(300)	芋丸(95)	咖哩四色(25)	青江菜(25)	炒木須肉 (35)	鮭魚蛋炒飯 (640) 雞腿堡(300) 青菜(25)	（ 9 麥 0 茶 ）	自助550人 炒飯350人
	醬汁雞丁(300)	花枝丸(60)						
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。