

馬公高中員生社112年10月30日-112年11月3日學生午餐菜單

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																																														
10/30 (一) 白米飯 雜糧飯	金瓜排骨	鹽酥素雞	毛豆四色	絲瓜炒蛋	炒空心菜	黑胡椒豬肉燴飯 翅小腿	仙草蜜	自助850人 燴飯300人																																														
	乾燒雞丁	滷豆包							10/31 (二) 白米飯 雜糧飯	滷雞腿	鯖魚	香菇燴白菜	海帶豆輪	炒芥藍菜	培根蛋炒飯 三角翅	紅豆湯	自助850人 燴飯300人	京醬肉片	滷麵腸	11/01 (三) 白米飯 雜糧飯	風味燉肉	山藥捲	仁仁馬鈴薯	蕃茄豆腐	炒青江菜	麻醬麵	麥香綠茶 水果	自助850人 燴飯300人	鹽酥雞	毛豆莢	11/02 (四) 白米飯 雜糧飯	洋蔥里肌肉	玉米餅	彩椒豆芽	四色炒蛋	炒莧菜	牛肉燴飯	愛玉蜜	自助850人 燴飯300人	紅糟雞翅	肉燥	11/03 (五) 白米飯 雜糧飯	海帶燒肉	鹽酥豆干	蠔油海根	家常粉絲	炒A菜	什錦炒飯 胡椒豬排	蜜茶	自助850人 燴飯300人	炸雞排	花生麵筋	營養師	經理
10/31 (二) 白米飯 雜糧飯	滷雞腿	鯖魚	香菇燴白菜	海帶豆輪	炒芥藍菜	培根蛋炒飯 三角翅	紅豆湯	自助850人 燴飯300人																																														
	京醬肉片	滷麵腸							11/01 (三) 白米飯 雜糧飯	風味燉肉	山藥捲	仁仁馬鈴薯	蕃茄豆腐	炒青江菜	麻醬麵	麥香綠茶 水果	自助850人 燴飯300人	鹽酥雞	毛豆莢	11/02 (四) 白米飯 雜糧飯	洋蔥里肌肉	玉米餅	彩椒豆芽	四色炒蛋	炒莧菜	牛肉燴飯	愛玉蜜	自助850人 燴飯300人	紅糟雞翅	肉燥	11/03 (五) 白米飯 雜糧飯	海帶燒肉	鹽酥豆干	蠔油海根	家常粉絲	炒A菜	什錦炒飯 胡椒豬排	蜜茶	自助850人 燴飯300人	炸雞排	花生麵筋	營養師	經理	理事主席	校長									
11/01 (三) 白米飯 雜糧飯	風味燉肉	山藥捲	仁仁馬鈴薯	蕃茄豆腐	炒青江菜	麻醬麵	麥香綠茶 水果	自助850人 燴飯300人																																														
	鹽酥雞	毛豆莢							11/02 (四) 白米飯 雜糧飯	洋蔥里肌肉	玉米餅	彩椒豆芽	四色炒蛋	炒莧菜	牛肉燴飯	愛玉蜜	自助850人 燴飯300人	紅糟雞翅	肉燥	11/03 (五) 白米飯 雜糧飯	海帶燒肉	鹽酥豆干	蠔油海根	家常粉絲	炒A菜	什錦炒飯 胡椒豬排	蜜茶	自助850人 燴飯300人	炸雞排	花生麵筋	營養師	經理	理事主席	校長																				
11/02 (四) 白米飯 雜糧飯	洋蔥里肌肉	玉米餅	彩椒豆芽	四色炒蛋	炒莧菜	牛肉燴飯	愛玉蜜	自助850人 燴飯300人																																														
	紅糟雞翅	肉燥							11/03 (五) 白米飯 雜糧飯	海帶燒肉	鹽酥豆干	蠔油海根	家常粉絲	炒A菜	什錦炒飯 胡椒豬排	蜜茶	自助850人 燴飯300人	炸雞排	花生麵筋	營養師	經理	理事主席	校長																															
11/03 (五) 白米飯 雜糧飯	海帶燒肉	鹽酥豆干	蠔油海根	家常粉絲	炒A菜	什錦炒飯 胡椒豬排	蜜茶	自助850人 燴飯300人																																														
	炸雞排	花生麵筋																																																				
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。