

六龜高級中學 110年03月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他	備註
1 (一)	白飯	蔥爆豬柳	芙蓉南瓜	蒜香尼龍	冬菜鴨肉湯		
2 (二)	白飯	日式照燒雞	玉米炒蛋	枸杞菠菜	關東煮湯	時令水果	
3 (三)	什錦炒麵		蔥花捲		紅豆薏仁湯		蔬食
4 (四)	紫米飯	梅醬雞丁	肉末三色	香菇高麗菜	竹筍排骨湯		
5 (五)	皮蛋海鮮粥		鮮肉包			鮮奶	簡餐
8 (一)	白飯	筍乾扣肉	丁香絲瓜	沙茶油菜	番茄蛋花湯		
9 (二)	白飯	洋蔥燒雞	小瓜德式香腸	蒜香大陸妹	金針肉絲湯	時令水果	
10 (三)	白飯	咖哩洋芋	蕃茄炒蛋	腐皮小白菜	蘿蔔味噌湯		蔬食
11 (四)	海苔飯	糖醋魚丁	燻雞拌洋蔥	炒雙花菜	玉米排骨湯		
12 (五)	鍋燒烏龍麵		煙霧蛋			百分百果汁	簡餐
15 (一)	白飯	客家小炒	玉米雞丁	烘美濃菜	魚皮湯		
16 (二)	白飯	蜜汁雞腿	塔香茄子	鮮菇青江	活力蔬菜鍋	時令水果	
17 (三)	白飯	沙茶什錦	日式蒸蛋	咖哩花椰	綠豆湯		蔬食
18 (四)	五穀飯	蒙古烤肉	滷豆乾海帶	銀魚莧菜	冬瓜雞湯		
19 (五)	玉米雞茸粥		水煎包			豆漿	簡餐
22 (一)	白飯	樹子蒸魚	螞蟻上樹	韭菜銀芽	青菜豆腐湯		
23 (二)	白飯	蘑菇雞柳	西芹魷魚	田園四喜	四神湯	時令水果	
24 (三)	白飯	八寶素肉燥	紅蘿蔔炒蛋	金針白菜	雙色芋圓湯		蔬食
25 (四)	糙米飯	黃金海鮮排	茄汁豆腐	芹鄉高麗	豆薯蛋花湯		
26 (五)	義大利肉醬麵		馬拉糕			優酪乳	簡餐
29 (一)	白飯	薑汁燒肉	絲瓜麵輪	芝香油菜	火腿玉米湯		
30 (二)	白飯	三杯雞	胡瓜燴烏蛋	薑絲白菜	香菇肉羹湯	時令水果	
31 (三)	白飯	鐵板豆腐	洋蔥炒蛋	蒜香空心菜	冬瓜檸檬湯		蔬食

本校午餐供應國產豬肉。

**因應天氣、物價變動或供餐國小緊急應變狀況等，營養午餐菜單可能隨之更動，敬請見諒！