

六龜高級中學 110年 11 月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
1 (一)	白飯	懷舊豬排	麻婆豆腐	黃瓜燴鮑菇	關東煮湯	
2 (二)	白飯	蘑菇雞丁	青椒豆干片	紅人炒高麗	番茄蛋花湯	時令水果
3 (三)	白飯	金沙豆腐	紅蘿蔔炒蛋	羅漢齋	蜜檸山粉圓	
4 (四)	海苔飯	瓜仔肉燥	腰果彩椒雞丁	蒜香大陸妹	芹菜魚丸湯	
5 (五)	台式鹹粥		蔥花麵包			豆漿
8 (一)	白飯	蔥爆豬肉	豆芽炒豆皮	炒什錦	玉米濃湯	
9 (二)	白飯	宮保雞丁	沙茶粉絲	蒜香菠菜	如意排骨湯	時令水果
10 (三)	白飯	白醬馬鈴薯 燉菜	番茄炒蛋	鮮菇青江	綠豆湯	
11 (四)	燕麥飯	咖哩豬肉	菜豆炒筍丁	金菇白菜	豆薯蛋花湯	
12 (五)	什錦炒麵		菠蘿麵包		白菜餛飩湯	蔬果汁
15 (一)	白飯	京醬肉絲	洋蔥炒蛋	鐵板銀芽	活力蔬菜鍋	
16 (二)	白飯	香酥雞排	茄汁豆包	雙菇芹菜	魚干味噌湯	時令水果
17 (三)	白飯	三杯鮑菇干丁	日式蒸蛋	香菇高麗菜	紅豆薏仁湯	
18 (四)	小米飯	日式照燒雞	三色玉米	芝香油菜	蘿蔔貢丸湯	
19 (五)	味噌拉麵		(國高中) 麥克雞塊*3	(國小) 麥克雞塊*2		優格
22 (一)	白飯	蒙古烤肉	菜脯炒蛋	蒜香花椰	榨菜肉絲湯	
23 (二)	白飯	蔥蒜燒雞	芙蓉南瓜	腐皮白菜	玉米菜頭湯	時令水果
24 (三)	白飯	韓式炒年糕	滷豆乾海帶	芹香高麗	麥香珍珠	
25 (四)	糙米飯	紅燒排骨	田園四喜	蒜香空心菜	冬瓜蛤蠣湯	
26 (五)	肉絲蛋炒飯		銅鑼燒		蘿蔔雞湯	蔬果汁
29 (一)	白飯	沙茶豬肉	螞蟻上樹	薑絲尼龍菜	青菜蛋花湯	
30 (二)	白飯	樹子蒸魚	蕃茄豆腐	鮮菇青江	芥菜香菇雞湯	時令水果

本校供應國產豬肉

※ 午餐菜單可能因應天氣變化、物價波動或緊急應變臨時狀況而有所變動，敬請見諒！