

六龜高級中學 112 年 11 月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他	備註
1 (三)	白飯	金沙豆腐	羅漢齋	什錦花椰	冬瓜仙草冰	小餐包	蔬
2 (四)	海苔飯	鵪鶉肉燥	紅蘿蔔炒蛋	蒜香大陸妹	黃瓜魚丸湯	時令水果	
3 (五)	竹筍飯湯頭		豬肉餡餅			優格	簡
6 (一)	白飯	蔥爆豬肉	豆芽炒豆皮	炒什錦	如意排骨湯	豆漿	
7 (二)	白飯	宮保雞丁	沙茶粉絲	鮮菇菠菜	玉米濃湯	時令水果	
8 (三)	白飯	白醬馬鈴薯	番茄炒蛋	鮮菇青江	綠豆湯	小餐包	蔬
9 (四)	燕麥飯	咖哩燉肉	菜豆炒筍丁	金菇白菜	豆薯排骨湯	時令水果	
10 (五)	什錦炒麵		牙白仔餅		白菜餛飩湯	一日蔬果汁	簡
13 (一)	白飯	京醬肉絲	茄汁豆包	香菇高麗	活力蔬菜鍋	豆漿	
14 (二)	白飯	蔥蒜燒雞	雙菇芹菜	鐵板銀芽	小魚乾味噌湯	時令水果	
15 (三)	白飯	塔香油豆腐	日式蒸蛋	芝香油菜	紅豆薏仁湯	小餐包	蔬
16 (四)	小米飯	日式照燒雞	三色玉米	蒜香花椰	蘿蔔貢丸湯	時令水果	
17 (五)	味噌拉麵		麥克雞塊*2			傳統豆漿	簡
20 (一)	白飯	蒙古烤肉	滷豆乾海帶	田園四喜	榨菜肉絲湯	豆漿	
21 (二)	白飯	香酥魚排	芙蓉南瓜	鮮筍木耳	玉米菜頭湯	時令水果	
22 (三)	白飯	韓式炒年糕	菜脯炒蛋	芹香高麗	冬菜粉絲湯	小餐包	蔬
23 (四)	糙米飯	檸檬雞翅	玉米雞丁	腐皮白菜	青菜豆腐湯	時令水果	
24 (五)	肉絲炒飯		醬燒大肉包		蘿蔔雞湯	鮮奶	簡
27 (一)	白飯	香草雞腿	麻婆豆腐	黃瓜燴鮑菇	關東煮湯	豆漿	
28 (二)	白飯	泰式檸檬魚	烘美濃菜	紅k炒青江	香菇雞湯	時令水果	
29 (三)	白飯	泡菜炒豆腐	咖哩鳥蛋	蒜香小白菜	紫菜湯	小餐包	簡
31 (四)	白飯	蘑菇醬雞丁	青椒豆干片	紅人炒高麗	蔬菜鮮菇湯	時令水果	

本校供餐肉品、蛋品及蔬菜類食材均為國產

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