

六龜高級中學 113 年 06 月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
3 (一)	白飯	日式燒肉	西芹黑輪	香菇小白菜	四神湯	小餐包
4 (二)	洋蔥豬肉燴飯	鮮味雞米花	蜂蜜蛋糕*1	燙青花椰	檸檬愛玉湯	時令水果
5 (三)	白飯	沙茶三寶	螞蟻上樹	紅人炒青江	蔬菜味噌湯	小餐包
6 (四)	紫米飯	客家小炒	絲瓜滑菇	烘美濃菜	紫菜豆腐湯	時令水果
7 (五)	白飯	燒烤雞腿	紅蘿蔔炒蛋	蒜香莧菜	南瓜玉米濃湯	豆漿
11 (二)	白飯	樹子蒸魚	燻雞拌洋蔥	彩椒花椰	黃瓜排骨湯	時令水果
12 (三)	白飯	京醬豆干	芙蓉南瓜	田園四喜	冬瓜決明子茶	小餐包
13 (四)	地瓜飯	黃金海鮮排	菜豆炒肉絲	木耳炒高麗	白菜雙丸湯	時令水果
14 (五)	肉絲炒飯		小湯包*2		蘿蔔雞丁湯	一日果汁
17 (一)	白飯	鵪鶉肉燥	小黃瓜炒雞丁	培根高麗菜	鴨肉粉絲湯	鮮奶
18 (二)	白飯	紅燒雞	鳳梨木耳肉片	金菇青江	冬瓜蛤蠣湯	時令水果
19 (三)	白飯	素麻婆豆腐	三色炒蛋	白菜滷	仙草愛玉冰	小餐包
20 (四)	芝麻飯	三杯雞	桂竹筍炒肉絲	蒜香空心菜	菜頭排骨湯	時令水果
21 (五)	義大利肉醬麵		雲南千層包			優酪乳
24 (一)	白飯	孜然豬肉	海結油豆腐	蒜香莧菜	紫菜餛飩湯	優酪乳
25 (二)	白飯	蔥油雞	三色玉米	沙茶油菜	海帶芽味噌湯	時令水果
26 (三)	白飯	泰式炸豆腐	胡瓜燴鳥蛋	炒雙花菜	紅豆薏仁湯	小餐包
27 (四)	五穀飯	蔥蒜燒雞	小黃瓜炒肉片	九層海茸	青菜豆腐湯	時令水果
28 (五)	酸辣拉麵		茶葉蛋	巧克力饅頭		豆漿

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！

本菜單含有甲殼類、芝麻、牛奶、蛋、堅果類、含麩質之穀物、大豆、
魚類，不適合對其過敏體質者食用