

六龜高級中學 113 年 11 月 午餐菜單

日期	主食	主菜	副食一	副食二	湯品	其他	備註
1 (五)	竹筍飯湯頭 ①⑤		豬肉餡餅			優格 ④	簡
4 (一)	白飯	蔥爆豬肉	炒什錦	豆芽炒豆皮 ⑨	如意排骨湯	豆漿 ⑨	
5 (二)	白飯	宮保雞丁 ③	沙茶粉絲	蒜香菠菜	玉米濃湯 ④⑤	時令水果	
6 (三)	白飯	白醬馬鈴薯 ④	番茄炒蛋 ⑤	鮮菇青江	綠豆湯	小餐包 ⑧	蔬
7 (四)	燕麥飯 ⑧	咖哩燉肉	菜豆炒筍丁	金菇白菜	豆薯排骨湯	時令水果	
8 (五)	什錦炒麵 ⑧		牙白仔餅 ⑦		白菜餛飩湯	一日蔬果汁	簡
11 (一)	白飯	京醬肉絲	茄汁豆包 ⑨	香菇高麗	活力蔬菜鍋 ⑤⑨	豆漿 ⑨	
12 (二)	白飯	蔥蒜燒雞	雙菇芹菜	鐵板銀芽	小魚乾味噌湯 ⑨⑩	時令水果	
13 (三)	白飯	塔香油豆腐 ⑨	日式蒸蛋 ⑤	芝香油菜 ⑦	紅豆薏仁湯	小餐包 ⑧	蔬
14 (四)	小米飯	日式照燒雞 ⑦	三色玉米	蒜香花椰	蘿蔔貢丸湯	時令水果	
15 (五)	味噌拉麵 ⑧		麥克雞塊*2			傳統豆漿 ⑨	簡
18 (一)	白飯	蒙古烤肉	滷豆乾海帶 ⑨	田園四喜	榨菜肉絲湯	鮮奶 ④	
19 (二)	白飯	香酥魚排 ⑩	芙蓉南瓜 ⑤	鮮筍木耳	玉米菜頭湯	時令水果	
20 (三)	白飯	韓式炒年糕	菜脯炒蛋 ⑤	芹香高麗	冬菜粉絲湯	小餐包 ⑧	蔬
21 (四)	糙米飯	紅燒排骨	玉米雞丁	腐皮白菜 ⑨	青菜蛋花湯 ⑤	時令水果	
22 (五)	肉絲炒飯 ⑤		醬燒大肉包 ⑧		蘿蔔雞湯	鮮奶 ④	簡
25 (一)	白飯	香草雞腿	麻婆豆腐 ⑨	黃瓜燴鮑菇	關東煮湯	豆漿 ⑨	
26 (二)	白飯	泰式檸檬魚 ⑩	烘美濃菜	紅蘿蔔炒青江	香菇雞湯	時令水果	
27 (三)	白飯	泡菜炒豆腐 ⑨	咖哩烏蛋 ⑤	蒜香小白菜	紫菜蛋花湯 ⑤	小餐包 ⑧	簡
28 (四)	白飯	蘑菇雞丁	青椒豆干片 ⑨⑩	紅人炒高麗	蔬菜鮮菇湯	時令水果	
29 (五)	魷魚麵線糊 ⑩		熊貓芝麻包 ⑧			優酪乳 ④	簡

1. 10月供餐共22天

2. 本校供應國產豬及國產蛋品，並優先供應國產蔬菜類食材，請安心食用。

3. 乳飲品離開冷藏時間物超過半小時，開封後應盡速食用完畢；水果請清洗後再食用，確保食品安全。

4. 過敏原項目標示：

①甲殼類②芒果類③花生類④奶類⑤蛋類⑥堅果類⑦芝麻類⑧含麩質穀物⑨大豆類⑩魚類⑪亞硫酸鹽類