

## 六龜高級中學 111 年 11 月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他	熱量	備註
1 (二)	白飯	蘑菇醬雞丁	青椒豆干片	紅人炒高麗	番茄蛋花湯	時令水果		
2 (三)	白飯	金沙豆腐	羅漢齋	什錦花椰	冬瓜仙草冰	小餐包		蔬
3 (四)	海苔飯	鴿蛋肉燥	紅蘿蔔炒蛋	蒜香大陸妹	黃瓜魚丸湯	時令水果		
4 (五)	竹筍飯湯頭		豬肉餡餅	炒什蔬		優格		簡
7 (一)	白飯	蔥爆豬肉	豆芽炒豆皮	炒什錦	如意排骨湯	豆漿		
8 (二)	白飯	宮保雞丁	沙茶粉絲	鮮菇菠菜	玉米濃湯	時令水果		
9 (三)	白飯	白醬馬鈴薯蛋	番茄炒蛋	鮮菇青江	綠豆湯	小餐包		蔬
10 (四)	燕麥飯	咖哩蕃茄燉肉	菜豆炒筍丁	金菇白菜	豆薯蛋花湯	時令水果		
11 (五)	什錦咖哩炒麵		牙白仔餅		白菜餛飩湯	一日蔬果汁		簡
14 (一)	白飯	京醬肉絲	茄汁豆包	香菇高麗	活力蔬菜鍋	豆漿		
15 (二)	白飯	香酥雞排	雙菇芹菜	雞絲銀芽	小魚乾味噌湯	時令水果		
16 (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
17 (四)	小米飯	日式照燒雞	三色玉米	豆薯炒蛋	蘿蔔貢丸湯	時令水果		
18 (五)	味噌拉麵		麥克雞塊*3			傳統豆漿		簡
21 (一)	白飯	蒙古烤肉	滷豆乾海帶	田園四喜	榨菜肉絲湯	米漿		
22 (二)	白飯	蔥蒜燒雞	芙蓉南瓜	鮮筍木耳	玉米菜頭湯	時令水果		
23 (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
24 (四)	糙米飯	紅燒排骨	腐皮白菜	玉米雞丁	青菜蛋花湯	時令水果		
25 (五)	肉絲蛋炒飯		醬燒大肉包		蘿蔔雞湯	鮮奶		簡
28 (一)	白飯	香草雞腿	麻婆豆腐	黃瓜燴鮑菇	關東煮湯	豆漿		
29 (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		
30 (三)	白飯	泡菜炒豆腐	咖哩烏蛋	蒜香小白菜	紫菜蛋花湯	小餐包		簡

本校供餐國產豬肉

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