

六龜高級中學 112年 03 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	塔香油豆腐	日式蒸蛋	咖哩花椰	綠豆湯	點心	蔬食
2 (四)	紫米飯	梅醬雞丁	肉末三色	香菇高麗菜	竹筍排骨湯	時令水果	
3 (五)	皮蛋海鮮粥		鮮肉包			鮮奶	簡餐
6 (一)	白飯	筍乾扣肉	胡麻雞絲銀芽	沙茶油菜	黃瓜魚丸湯	豆漿	
7 (二)	白飯	洋蔥燒雞	丁香絲瓜	蒜香大陸妹	金針肉絲湯	時令水果	
8 (三)	白飯	咖哩洋芋	蕃茄炒蛋	腐皮小白菜	蘿蔔味噌湯	點心	蔬食
9 (四)	海苔飯	糖醋魚丁	燻雞拌洋蔥	炒雙花菜	玉米排骨湯	時令水果	
10 (五)	鍋燒烏龍麵		古早味蛋糕			百分百果汁	簡餐
13 (一)	白飯	客家小炒	玉米雞丁	烘美濃菜	魚皮湯	豆漿	
14 (二)	白飯	蜜汁雞腿	塔香茄子	鮮菇青江	活力蔬菜鍋	時令水果	
15 (三)	白飯	沙茶什錦	柴魚蒸蛋	芝香油菜	紅豆湯	點心	蔬食
16 (四)	五穀飯	蒙古烤肉	滷豆乾海帶	銀魚莧菜	冬瓜雞湯	時令水果	
17 (五)	義大利肉醬麵	馬拉糕	香酥雞排			優酪乳	簡餐 校慶
20 (一)	白飯	樹子蒸魚	螞蟻上樹	韭菜銀芽	青菜豆腐湯	鮮奶	
21 (二)	白飯	蘑菇雞柳	西芹魷魚	田園四喜	四神湯	時令水果	
22 (三)	白飯	八寶素肉燥	紅蘿蔔炒蛋	金針白菜	雙色芋圓湯	點心	蔬食
23 (四)	糙米飯	黃金海鮮排	茄汁豆腐	芹香高麗	韓式海芽湯	時令水果	
24 (五)	皮蛋瘦肉粥		水煎包			豆漿	簡餐
25 (六)	白飯	日式照燒雞	玉米炒蛋	枸杞菠菜	關東煮湯	時令水果	
27 (一)	白飯	薑汁燒肉	絲瓜麵輪	蒜香油菜	白菜餛飩湯	豆漿	
28 (二)	白飯	三杯雞	海帶干絲	薑絲白菜	香菇肉羹湯	時令水果	
29 (三)	白飯	鐵板豆腐	洋蔥炒蛋	蒜香空心菜	冬瓜檸檬湯	點心	蔬食
30 (四)	糙米紅藜飯	蔥爆豬柳	芙蓉南瓜	薑絲尼龍菜	冬菜鴨肉湯	時令水果	
31 (五)	什錦板條		雙色饅頭		酸辣湯		簡餐

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！