

六龜高級中學 113年 04 月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
1 (一)	白飯	蒸雞腿排	韭菜花炒肉末	沙茶花椰	玉米蛋花湯	鮮奶
2 (二)	白飯	泰式檸檬魚	絲瓜炒貢片	銀魚莧菜	鳳梨苦瓜雞湯	時令水果
3 (三)	白飯	綜合滷味	香菇蒸蛋	薑絲大陸妹	綠豆湯	小餐包
8 (一)	白飯	茄汁雞丁	高麗菜冬瓜封	多彩黃瓜	活力蔬菜鍋	豆漿
9 (二)	白飯	豆乳燒雞	胡蘿蔔炒蛋	肉燥A菜	關東煮湯	時令水果
10 (三)	白飯	咖哩豆腐	素螞蟻上樹	彩椒鮑菇	紅豆湯	小餐包
11 (四)	燕麥飯	蔬菜燉肉	鮭魚洋蔥蛋	炒雙花菜	冬瓜排骨湯	時令水果
12 (五)	什錦炒麵		香蒜麵包*2		芥菜香菇雞湯	百分百果汁
15 (一)	白飯	蘿蔔燒肉	青椒炒豆干	鹹蛋青江	酸辣湯	鮮奶
16 (二)	白飯	蔥油雞	五福臨門	蝦皮空心菜	紫菜餛飩湯	時令水果
17 (三)	白飯	醬爆干丁	蕃茄炒蛋	開陽白菜	洛神烏梅湯	小餐包
18 (四)	五穀飯	鴿蛋肉燥	大黃瓜燴什錦	韭菜銀芽	珍菇豆腐湯	時令水果
19 (五)	浮水魚羹麵		麥克雞塊*2	燙青花菜		優格
22 (一)	白飯	薑汁燒肉	綠野仙菇	蒜香油菜	白花椰魚丸湯	鮮奶
23 (二)	白飯	芝麻蜜汁雞	油腐滷味	鮮菇青江	西湖豬肉羹	時令水果
24 (三)	白飯	鐵板豆腐	玉米炒蛋	蒜香空心菜	冬瓜檸檬湯	小餐包
25 (四)	小米飯	泡菜燒肉片	芹香豆干	金菇菠菜	四神湯	時令水果
26 (五)	紅燒豬肉麵		日式黑糖捲			鮮奶
29 (一)	白飯	蔥爆豬柳	彩椒雞丁	蒜香莧菜	田園蔬菜湯	優酪乳
30 (二)	白飯	日式照燒雞	蕃茄蛋豆腐	丁香絲瓜	菜頭排骨湯	時令水果

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