

高雄市六龜區六龜高中

115 年 05 月份午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	備註
05/04	一	小米飯	☆三杯雞	☆客家小炒	蒜香莧菜	蕈菇湯	100%蘋果葡萄汁	
05/05	二	白飯	☆豆豉蒸魚	玉米肉末	紅蔥空心菜	冬瓜排骨湯	時令水果	
05/06	三	胚芽飯	☆糖醋豆包	☆三杯百頁鮑菇	蒜香青江菜	檸檬愛玉冰	☆奶酥麵包	蔬食
05/07	四	☆五穀飯	馬鈴薯燉肉	燻雞拌洋蔥	薑絲大陸妹	☆蘿蔔貢丸湯	時令水果	
05/08	五	☆雙醬鐵板螺絲麵		☆麥克雞塊(3個)		☆南瓜玉米濃湯	☆鮮奶	簡餐
05/11	一	☆燕麥飯	紅燒雞	☆螞蟻上樹	☆白菜滷	☆青菜蛋花湯	☆優格	
05/12	二	糙米飯	☆泡菜燒肉	☆醬燒豆乾	炒高麗	肉骨茶湯	時令水果	
05/13	三	白飯	☆麻婆素豆腐	☆奶油玉米	☆芝香油菜	☆蔬菜味噌湯	☆巧克力麵包	蔬食
05/14	四	☆大麥飯	☆咖哩雞	☆秀珍菇炒蛋	九層海絨	蕃茄營養湯	時令水果	
05/15	五	☆香菇蛋黃肉粽		☆醬燒大肉包	☆小蛋糕		☆豆漿	簡餐
05/18	一	☆蕎麥飯	☆雞肉親子丼	☆魚香茄子	木耳黃瓜	田園蔬菜湯	☆優酪乳	
05/19	二	小米飯	花瓜肉燥	芋香三色	薑絲小白菜	鮮筍排骨湯	時令水果	
05/20	三	白飯	☆白醬馬鈴薯燉菜	☆番茄炒蛋	蒜香空心菜	☆綠豆薏仁湯	☆牛奶大理石麵包	蔬食
05/21	四	糙米飯	☆台式滷肉	☆麻醬三絲	油菜金菇	如意排骨湯	時令水果	
05/22	五	☆細白油麵	☆香菇肉羹麵配料		☆培根芝士捲		☆鮮奶	簡餐
05/25	一	胚芽飯	☆宮保雞丁	☆芹香黑輪	金針白菜	黃瓜排骨湯	☆豆漿	
05/26	二	☆大麥飯	番茄燉肉	☆五福臨門	☆開陽扁蒲	薑絲海帶湯	時令水果	
05/27	三	白飯	☆綜合滷味	☆芙蓉南瓜	薑絲尼龍菜	☆鮑菇豆腐湯	☆維也納草莓麵包	蔬食
05/28	四	糙米飯	☆芝麻蜜汁雞	☆豆芽炒豆皮	高麗菜冬瓜封	☆紫菜餛飩湯	時令水果	
05/29	五	☆牛排麵	☆紅燒蔥花豬肉麵配料		燒烤三節翅		☆鮮奶	簡餐

1. 本菜單供應之肉品、蛋品均為國產食材。

2. 本菜單豆製品食材均使用非基因改造黃豆製品。

3. 本菜單部分食材含有衛福部公告11種過敏原並以☆標示，倘有體質過敏者，可至校園食材登錄平臺查詢相關食材資訊，並避免食用。

*11種過敏原為：(1)麩質穀物(2)甲殼類(3)芒果(4)花生(5)堅果類(6)芝麻(7)大豆(8)牛/羊奶(9)蛋(10)魚類(11)亞硫酸鹽類等及其製品。

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