



大同高中熱食部 週菜單

提早預購 輕鬆用餐

3月4日				3月5日				3月6日				3月7日				3月8日			
星期一				星期二				星期三				星期四				星期五			
(本公司提供之豬肉品及半成品皆為國產豬肉 及 未使用輻射污染食品)																			
簡餐				簡餐				簡餐				簡餐				簡餐			
1 韓式烤腿排(烤)★	791卡	\$75		1 醬燒雞排(煮)	813卡	\$75		1 辣仔雞丁(炒)	813卡	\$75		1 油雞飯(滷)	791卡	\$75		1 咋啦雞(炸)	813卡	\$75	
2 直火烤肉(烤)	805卡	\$75		2 蒜泥白肉(煮)	791卡	\$75		2 香酥炸豬排(炸)	828卡	\$75		2 蔥爆豬五花(炒)	791卡	\$75		2 鐵路便當(滷)	828卡	\$75	
3 醬燒雞柳條(煮)	828卡	\$75		3 蒜味烤叉燒(烤)	805卡	\$75		3 蝦卷香腸(炸+烤)	791卡	\$75		3 紅燒肉(炸)	791卡	\$75		3 日式魚排(炸)★	804卡	\$75	
4 蔬食便當	791卡	\$75		4 蔬食便當	791卡	\$75		4 蔬食便當	791卡	\$75		4 蔬食便當	791卡	\$75		4 蔬食便當	791卡	\$75	
便當副菜				便當副菜				便當副菜				便當副菜				便當副菜			
三杯腸麵				泡菜粉絲				玉米炒蛋				五香豆干片				蕃茄炒蛋			
蒜味高麗				白花椰				酥炸豆腐				綜合滷海帶				蝦味高麗			
香辣鮮筍				蒜炒黃豆芽				黃瓜魚板				腐皮白菜				魚香茄子			
季節時蔬				季節時蔬				季節時蔬				季節時蔬				季節時蔬			
麵食				麵食				麵食				麵食				麵食			
5 川味麻辣燙	709卡	\$70		5 大蒜拳骨拉麵	696卡	\$70		5 元氣小火鍋	696卡	\$70		5 辣麻味噌叉燒麵	710卡	\$70		5 麻辣豆腐鍋	709卡	\$70	
6 水餃(乾)	617卡	\$70		6 沙茶豬肉炒麵	718卡	\$70		6 小籠湯包	617卡	\$70		6 木須炒麵	718卡	\$70		6 鍋貼	684卡	\$70	

依教育部學校午餐食物內容及營養基準，每日午餐供應全穀雜糧類5~6.5份、豆魚蛋肉類2~2.5份、蔬菜類1.5~2份、油脂與堅果種子類2.5~3份。