



大同高中熱食部 週菜單

提早預購 輕鬆用餐

3月11日				3月12日				3月13日				3月14日				3月15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 無骨雞排(炸)	813 卡	\$75		1 蔥油雞(煮)	791 卡	\$75		1 辣子雞丁(炒)	813 卡	\$75		1 薄皮炸腿排(炸)	813 卡	\$75		1 咋啦雞(炸)	813 卡	\$75	
2 薄鹽五花(炒)	791 卡	\$75		2 糖醋排骨(炒)	828 卡	\$75		2 黑椒豬排(煮)	828 卡	\$75		2 蒜泥白肉(煮)	791 卡	\$75		2 鐵路便當(滷)	828 卡	\$75	
3 爪哇雞(炸)	828 卡	\$75		3 椒鹽魚排(炒)	804 卡	\$75		3 沙茶豬柳(炒)	791 卡	\$75		3 打拋肉(炸)	791 卡	\$75		3 BBQ烤肉(烤)	805 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			
苟片白蘿蔔滷車輪				蔥燒豆腐				海帶干絲				麻婆豆腐				蕃茄炒蛋			
咖哩白花椰				雙色黃豆芽				西芹炒菇				絲瓜冬粉				魚香茄子			
高麗菜紅蘿蔔				小黃瓜丁燴花生				白菜滷				雙韭菜素肉絲				高麗菜木耳			
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 餛飩湯麵	696 卡	\$70		5 沙茶小火鍋	718 卡	\$70		5 肉骨茶豬肉麵	696 卡	\$70		5 鮮蔬焗烤麵	748 卡	\$70		5 土魷魚羹麵	702 卡	\$70	
6 日式燒煎餃	684 卡	\$70		6 什錦炒意麵	718 卡	\$70		6 茄汁肉醬麵	718 卡	\$70		6 水餃(乾)	617 卡	\$70		6 酢醬乾麵	718 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。