



大同高中熱食部 週菜單

提早預購 輕鬆用餐

5月13日 星期一			5月14日 星期二			5月15日 星期三			5月16日 星期四			5月17日 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					
1 嫩汁腿排(烤)	791 kcal	\$75	1 醬燒雞排(煮)	813 kcal	\$75	1 辣仔雞丁(炒)	813 kcal	\$75	1 蔥油雞(煮)	791 kcal	\$75			
2 直火烤肉(烤)	805 kcal	\$75	2 蒜泥白肉(煮)	791 kcal	\$75	2 香酥炸豬排(炸)	828 kcal	\$75	2 蔥爆豬五花(炒)	791 kcal	\$75			
3 泰式魚條(煮)★	828 kcal	\$75	3 蒜味烤叉燒(烤)	805 kcal	\$75	3 蝦卷香腸(炸+烤)	791 kcal	\$75	3 紅燒肉(炸)	791 kcal	\$75			
4 蔬食便當	798 kcal	\$75	4 蔬食便當	798 kcal	\$75	4 蔬食便當	798 kcal	\$75	4 蔬食便當	798 kcal	\$75			
便當副菜			便當副菜			便當副菜			便當副菜					
三杯麵腸			絞肉冬粉			三色玉米豆干丁			五香豆干片					
蒜味高麗			白花椰			醬燒豆腐			綜合滷海帶					
筍絲炒蛋			蒜炒黃豆芽			黃瓜魚板			腐皮白菜					
季節時蔬			季節時蔬			季節時蔬			季節時蔬					
麵食			麵食			麵食			麵食					
5 川味麻辣燙	709 kcal	\$70	5 大蒜拳骨拉麵	696 kcal	\$70	5 元氣小火鍋	696 kcal	\$70	5 辣麻味噌叉燒麵	710 kcal	\$70			
6 玉米湯餃	617 kcal	\$70	6 沙茶豬肉炒麵	718 kcal	\$70	6 小籠湯包	617 kcal	\$70	6 擔仔乾麵	718 kcal	\$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。