



## 景美女中熱食部 週菜單

預購便當時間：週四至週五中午12:30-15:20

| 2月16日<br>星期五                                    | 2月17日<br>星期六         |  |  |  |
|-------------------------------------------------|----------------------|--|--|--|
| 以下有標記★符號為異國料理 (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                   |  |  |  |
| 1 照燒雞排(煮) 813 卡 \$70                            | 1 宮保雞丁(炒) 813 卡 \$70 |  |  |  |
| 2 泰式魚排(煮)★ 828 卡 \$70                           | 2 滷香排骨(滷) 828 卡 \$70 |  |  |  |
| 3 蝦仁蛋炒飯(炒) 752 卡 \$70                           | 3 打拋肉(炒) 791 卡 \$70  |  |  |  |
| 4 酥炸素鵝(炸) 813 卡 \$70                            | 4 醬燒素雞(煮) 791 卡 \$70 |  |  |  |
| 便當副菜                                            | 便當副菜                 |  |  |  |
| 三杯麵腸                                            | 紅絲炒蛋                 |  |  |  |
| 高麗木耳                                            | 海帶干絲                 |  |  |  |
| 玉米毛豆仁                                           | 花椰香菇                 |  |  |  |
| 季節時蔬                                            | 季節時蔬                 |  |  |  |
| 麵食                                              | 麵食                   |  |  |  |
| 5 日式炒烏龍 718 卡 \$70                              | 5 滷味套餐 709 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。



# 景美女中熱食部 週菜單

預購便當時間：週四至週五中午12:30-15:20

| 2月19日<br>星期一 | 2月20日<br>星期二 | 2月21日<br>星期三 | 2月22日<br>星期四 | 2月23日<br>星期五 |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|

以下有標記★符號為異國料理 (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 791<br>(烤)★ 卡 \$70 | 1 醬燒雞排 813<br>(煮) 卡 \$70   | 1 辣仔雞丁(炒) 813<br>卡 \$70     | 1 油雞飯(滷) 791<br>卡 \$70     | 1 糖醋雞丁 (炒) 813<br>卡 \$70 |
| 2 直火烤肉(烤) 805<br>卡 \$70    | 2 蒜泥白肉 791<br>(煮) 卡 \$70   | 2 蝦卷香腸(炸+ 791<br>烤) 卡 \$70  | 2 蔥爆豬五花 791<br>(炒) 卡 \$70  | 2 鐵路便當(滷) 828<br>卡 \$70  |
| 3 泰式魚條(煮) 828<br>★ 卡 \$70  | 3 蒜味烤叉燒 805<br>(烤) 卡 \$70  | 3 壽喜燒豬肉燴飯 730<br>(煮) 卡 \$70 | 3 滑蛋豬肉燴飯 752<br>(煮) 卡 \$70 | 3 韓式烤肉 (烤) 804<br>卡 \$70 |
| 4 酥炸素鵝(炸) 813<br>卡 \$70    | 4 醬燒素雞 791<br>(煮) 卡 \$70   | 4 三杯豆腐(炸煮) 800<br>卡 \$70    | 4 薑絲素腸(煮) 791<br>卡 \$70    | 4 素燒豆腐(炸煮) 800<br>卡 \$70 |
| 便當副菜                       | 便當副菜                       | 便當副菜                        | 便當副菜                       | 便當副菜                     |
| 花生麵筋                       | 泡菜粉絲                       | 玉米炒蛋                        | 五香豆干片                      | 蕃茄炒蛋                     |
| 蒜味高麗                       | 白花椰                        | 裹粉炒豆腐                       | 鳳梨苦瓜                       | 蝦味高麗                     |
| 香辣鮮筍                       | 蒜炒黃豆芽                      | 黃瓜魚板                        | 薑絲絲瓜                       | 碎瓜素肉燥                    |
| 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 水餃(乾) 617<br>卡 \$70      | 5 紅油擔擔麵 709<br>(餛飩) 卡 \$70 | 5 白醬雞排麵 718<br>卡 \$70       | 5 木須炒麵 718<br>卡 \$70       | 5 土魷魚羹麵 702<br>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。



## 景美女中熱食部 週菜單

預購便當時間：週四至週五中午12:30-15:20

| 2月26日<br>星期一                                                       | 2月27日<br>星期二            | 2月28日<br>星期三 | 2月29日<br>星期四               | 3月1日<br>星期五                | 3月2日<br>星期六      |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|----------------------------|----------------------------|------------------|
| 以下有標記★符號為異國料理 (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 813<br>排(炸) 卡 \$70                                           | 1 蔥油雞 791卡 \$70<br>(煮)  |              | 1 蒜泥白 791卡 \$70<br>肉(煮)    | 1 炸啦雞 813卡 \$70<br>(炸)     | 1 馬鈴薯 \$70<br>燉雞 |
| 2 薄鹽五 791<br>花(炒) 卡 \$70                                           | 2 糖醋排 828卡 \$70<br>骨(炒) |              | 2 打拋肉 791卡 \$70<br>(炸)     | 2 BBQ 805卡 \$70<br>烤肉      | 2 黑胡椒 \$70<br>豬柳 |
| 3 肉絲蛋 752<br>炒飯 卡 \$70<br>(炒)                                      | 3 椒鹽魚 804卡 \$70<br>排(炒) |              | 3 沙茶豬 752卡 \$70<br>肉燴飯 (煮) | 3 咖哩雞 775卡 \$70<br>排燴飯 (煮) | 3 日式魚 \$70<br>排  |
| 4 酥炸素 813<br>鵝(炸) 卡 \$70                                           | 4 醬燒素 791卡 \$70<br>雞(煮) |              | 4 薑絲素 791卡 \$70<br>腸(煮)    | 4 素燒豆 800卡 \$70<br>腐(炸 煮)  |                  |
| 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                    |              | 麻婆豆腐                       | 蕃茄炒蛋                       | 海帶干絲             |
| 咖哩白花椰                                                              | 雙色黃豆芽                   |              | 絲瓜冬粉                       | 魚香茄子                       | 針菇蒲瓜             |
| 高麗菜紅蘿蔔                                                             | 小黃瓜丁燴花生                 |              | 雙菇菜素肉絲                     | 高麗菜木耳                      | 培根玉米             |
| 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 日式燒 684卡 \$70<br>煎餃                                              | 5 什錦炒 718卡 \$70<br>意麵   |              | 5 水餃 617卡 \$70<br>(乾)      | 5 酢醬乾 718卡 \$70<br>麵       | 4 紅油炒 \$70<br>手麵 |
| 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 |                         |              |                            |                            |                  |

I