



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

12月22日 星期一	12月23日 星期二	12月24日 星期三	12月25日 星期四	12月26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 醬燒雞排(煮) 813kcal \$75	1 辣子雞丁(炒) 813kcal \$75	1 蜜汁腿排(煮) 791kcal \$75		1 咋啦雞(炸) 813kcal \$75
2 BBQ烤肉(烤) 805kcal \$75	2 日式魚排(炸) 804kcal \$75	2 糖醋排骨(煮) 828kcal \$75		2 鐵路便當(滷) 828kcal \$75
3 蔥爆五花(炒) 828kcal \$75	3 古早味肉燥飯(滷) 752kcal \$75	3 咖哩雞燴飯(煮) 766kcal \$75		3 打拋肉(炒) 791kcal \$75
4 醬燒素鵝(燴) 791kcal \$75	4 醬燒素雞(煮) 791kcal \$75	4 醬燒豆包(燒) 791kcal \$75		4 薑絲素腸(燒) 791kcal \$75
便當副菜	便當副菜	便當副菜		便當副菜
花生麵筋	五香豆干	香滷豆腐		螞蟻上樹
高麗菜紅絲	雙色黃豆芽	花椰鮮菇		雙絲炒蛋
香炒鮮筍	金沙南瓜	大白菜木耳		魚香茄子
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 韓式部隊鍋+起司 718kcal \$75	5 肉燥王子麵+貢丸滷蛋 718kcal \$75	5 滷味套餐 709kcal \$75		5 小籠湯包 605kcal \$75

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。