

發行人:吳立森 校長
出版:高雄市左營高級中學
學生午餐供應委員會

執行編輯:吳宛蓉 營養師
本期主編:劉秋芳 營養師
編審:廖靜郁、蔡佩吟 營養師
供應廠商:佳琪食品

※本校午餐之肉品、蛋品採用國產食材，蔬果類優先採用當季國產食材

左營高中113年2月營養午餐菜單

日期	星期	主食	副食一	副食二	副食三	湯品	水果	熱量
2/16	五	白飯	咖哩馬鈴薯燴飯	**和風唐揚雞	雙色花椰	黃瓜魚丸湯	鮮奶	873.7
2/17	六	白飯	味噌醬燒豬柳	菇香筍絲	木耳尼龍白菜	玉米排骨湯		781.3
2/19	一	白飯	**義式油腐炸物	白醬燴鮮蔬	紅絲油菜	豆薯蛋花湯	優酪乳	880.8
2/20	二	紫米飯	**香茅檸檬魚	玉米總匯	枸杞地瓜葉	蒲瓜排骨湯	柑橘	883.8
2/21	三	白飯	豆豉燒肉	胡麻拌銀芽	木耳小白菜	筍香雞湯		771.5
2/22	四	糙米飯	芝麻烤雞排*1	絞肉冬瓜	金菇萵苣	鮮菇如意湯	香蕉	804.9
2/23	五	★	什錦炒烏龍	椒鹽豬排*1	香菇青江菜	紅豆湯圓		842.5
2/26	一	白飯	洋蔥蕃茄蛋	香菇高麗菜	紅絲菠菜	南瓜濃湯	豆漿	832.9
2/27	二	小米飯	香酥炸雞腿*1	魚板黃瓜	有機蔬菜	關東煮	葡萄	827.4
2/28	三	228放假						
2/29	四	薏仁飯	古早味肉燥	醬燒豆干片	金菇油菜	大滷湯	柳丁	846.2

備註:1. 營養午餐詳細資料可上團膳系統

<https://fatraceschool.moe.gov.tw/frontend/index.html>查詢

2. 本校已全面使用非基改食材

※本校已將每日午餐菜單、食材等相關資訊標示於教育部校園食材登錄平臺，若有特殊過敏體質學童，請家長務必自行上網查詢，並提醒小孩避免食用造成過敏的食物，以確保自身安全。校園食材登錄平臺<https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/>

113年2月400份

承印者:文鵬有限公司

電話:5 8 8 9 0 7 6

