






歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第8週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
10/15 	一	米飯	洋蔥 炒肉片	蘋果 咖哩雞	肉末 玉米粒	薑絲 小白菜	柴魚豆薯 香菇片湯
10/16 特餐日 	二	什錦 炒飯	烤腿 排肉	翡翠 蒸蛋	長豆 金針菇	紅K 高麗菜	丁香 味噌湯
10/17 	三	地瓜飯	香滷 排骨	鳳梨 豆醬 雞丁	雙花菜	蒜香 青江菜	海芽 魚丸湯
10/18 蔬食日 	四	米飯	糖醋 魚條*2	麵線糊	客家 小炒	蒜香 油菜	檸檬 仙草蜜
10/19 	五	白飯	三杯雞 杏鮑菇	五香 滷蛋	海帶 三絲	薑絲 鵝白菜	白玉 龍骨湯

一年級：聯利 二年級：永豐 三年級+素食：康立