

歸仁國中 營養午餐菜單 (永豐食品工廠) 第9週

日期	星期	主食	主菜	主菜	副菜	副菜	湯
10/22 	一	白飯	紅蔥銀芽 雞肉絲	肉燥滷蛋	奶油 三色玉米	炒 青江菜	冬瓜 排骨湯
10/23 	二	糙米飯	當歸鴨 +麵線	三杯百頁 杏鮑菇	碳烤 甜不辣片	炒 高麗菜	鮮筍 雞湯
10/24 特餐日 	三	炒鹽水 意麵	滷豬排 +酸菜	掛包Diy +糖粉	關東煮	炒油菜	巧達 濃湯
10/25 蔬食日 	四	小米飯	大白菜燴 虱目魚肉	皇帝豆 滷什錦	翡翠蒸蛋	炒 耐龍菜	當歸 素肉湯
10/26 	五	香鬆飯	蠔油芥藍 炒豬肉	咖哩雞	奶香 雙花椰	炒銀芽 三絲	冬菜 粉絲湯