

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (聯利) 第 10 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
10/29 	一	白飯	香菇冬瓜 滷肉角	白菜 獅子頭	豆薯 三絲	炒 青江菜	菜頭 魚丸湯
10/30 	二	柴魚 酥飯	洋蔥 豬肉片	五味 豆腐*2	肉末 玉米	炒油菜	鹽菜 豬血湯
10/31 	三	芝麻飯	肉角 燒豆干	海鮮 豆腐羹	泰式 馬鈴薯	炒 高麗菜	筍片 排骨湯
11/1 蔬食日 	四	白飯	乾燒 花枝排	日式 蒸蛋	紅蘿蔔 豆輪	炒 小白菜	芋頭 西米露
11/2 	五	小米飯	白醬雞丁	蒙古 炒肉	海根 豆芽	炒 芥蘭菜	大黃瓜 龍骨湯

一年級：永豐 二年級：康立 三年級+素：聯利