

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第 17 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
12/17 	一	米飯	三杯雞 杏鮑菇	肉燥 獅子頭	日式 蒸蛋	薑絲 鵝白菜	當歸 麵線湯
12/18 	二	地瓜飯	梅干冬瓜 燒肉片	蔥燒 丁香 豆干片	長豆 金針菇	紅K 高麗菜	白玉 虱目 魚丸湯
12/19 	三	米飯	左宗棠雞	蕃茄 炒蛋	芹香 花椰菜	蒜香 油菜	大頭菜 龍骨湯
12/20 	四	芝麻飯	沙茶豬排	肉末 玉米粒	螞蟻 上樹	蒜香 菠菜	丁香 味噌湯
12/21 蔬食日 	五	香菇 燜飯	柳葉魚*2	滷味	客家 小炒	薑絲 耐龍菜	翡翠 珍珠湯
12/22 	六	米飯	筍干軟骨丁	海鮮 大白菜	嫩蛋 鮑菇	蒜香 油菜	紅豆 湯圓

