

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第 20 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
1/7 	一	米飯	椒鹽翅腿 *2	白菜 粉絲 炒蛋	炒三絲	薑絲 小白菜	蘿蔔 龍骨湯
1/8 	二	地瓜飯	沙茶 芥蘭 肉片	咖哩雞肉	長豆 香菇	高麗菜 紅 K	當歸 麵線湯
1/9 	三	芝麻飯	三杯雞丁	肉片魯 麵輪白玉	翡翠 蒸蛋	蒜香 菠菜	四神 排骨湯
1/10 蔬食日 	四	什錦 炒麵	柳葉魚 *2	奶皇包	客家 小炒	蒜香 油菜	翡翠 珍珠湯
1/11 	五	香鬆飯	宮保雞丁	梅干冬瓜 燒肉片	蕃茄 豆腐 炒蛋	薑絲 鵝白菜	芹香 魚丸湯