

歸仁國中 營養午餐菜單 (永豐食品工廠) 第6週

日期	星期	主食	主菜	主菜	副菜	副菜	湯
3/18 	一	米飯	黑胡椒豬排	薑黃塔香雙豆雞	小黃瓜馬k炒玉米	豆芽菜三色	高麗菜蛋花湯
3/19 	二	川島香鬆飯	蒙古炒肉	大盤雞	豆皮白菜滷	黑胡椒毛豆莢	香菇雞肉湯
3/20 	三	香蔥蛋炒飯	鹽豬肉粉絲煲	滷味	鮑菇雙花椰	魚羹玉米粒	菜頭排骨湯
3/21 	四	地瓜飯	梅干冬瓜燒雞	打拋肉	紅K絲炒蛋	炒菜豆	味噌湯
3/22 蔬食日 	五	胚芽飯	柳葉魚*2	(沙茶)西芹玉米筍炒杏鮑菇	三杯豆腐	炒高麗菜	當歸素肉湯