

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (聯利) 第 13 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
11/18 	一	白飯	咖哩雞丁	白菜 獅子頭	豆薯三絲	耐龍菜	番茄 蛋花湯
11/19 	二	香菇 悶飯	洋蔥 豬肉片	五味豆腐 *2	肉末玉米	油菜	鹽菜 豬血湯
11/20 	三	芝麻飯	烤 芝麻雞翅	海鮮 豆腐羹	炒 開陽胡瓜	韭菜花 豆芽菜	四神 排骨湯
11/21 蔬食日 	四	白飯	糖醋 旗魚片	日式蒸蛋	紅蘿蔔 白k豆輪	青江菜	丁香 味噌湯
11/22 	五	小米飯	麻油雞丁	蒙古炒肉	薑絲 炒 海龍	小黃瓜	大頭菜 龍骨湯