






# 歸仁國中 營養午餐菜單 (永豐食品工廠) 第 15 週

日期	星期	主食	主菜	主菜	副菜	副菜	湯
12/2 	一	米飯	豆瓣 芥蘭 豬肉片	南瓜燜雞	白玉 照燒 花枝丸 *1	高麗菜	冬菜 粉絲 肉絲湯
12/3 	二	燕麥飯	燒烤 雞排	蠔油 什錦豆腐	木須肉 炒蛋	青江菜	四神 排骨湯
12/4 	三	和風 柴魚 炒飯	咖哩 排骨	肉末 玉米粒	炭烤 甜不辣	油菜	薑絲 枸杞 冬瓜湯
12/5 	四	芝麻飯	高麗菜 梅子雞	客家小炒	絲瓜 炒蛋	耐龍菜	味噌湯
12/6 蔬食日 	五	素炒麵	柳葉魚 *2	三杯 杏鮑菇 小四角	巧克力 拿鐵 饅頭	白菜滷	紫菜 蛋花湯