

歸仁國中 營養午餐菜單_聯利便當工廠 第1週

日期	星期	主食	主菜 1	主菜 2	副菜 1	副菜 2	湯
8/31 	一	白飯	羅馬 番茄雞	芹菜 豆干片	五彩鮮蔬 佐嫩蛋	青江菜	鮮筍 排骨湯
9/1 	二	芝麻飯	黑胡椒 豬柳	肉燥油腐	金菇 小黃瓜	耐龍菜	白玉 魚丸湯
9/2 	三	小米飯	宮保雞丁	回鍋肉	蔬菜冬粉	油菜	紫菜 蛋花湯
9/3 (蔬食日) 	四	茄汁 炒飯	泰式 土魷魚條 *2	香菇蒸蛋	三杯 馬鈴薯	三色 高麗菜	味噌湯
9/4 	五	白飯	滷雞腿	辣辦四寶	海芽炒蛋	豆芽菜	榨菜 肉絲湯