






歸仁國中 營養午餐菜單_康立食品工廠 第 11 週

日期	星期	主食	主菜 1	主菜 2	副菜 1	副菜 2	湯
11/9 	一	米飯	烤腿排肉	肉燥魯蛋	玉米 馬鈴薯	鵝白菜	白 K 龍骨湯
11/10 	二	麥片飯	壽喜燒 肉片	魚香 豆腐雞肉	蒜香 雙花菜	青江菜	刺瓜 魚丸湯
11/11 特餐日 	三	銀芽意麵	三杯雞 米血	奶皇包*1	翡翠 蒸蛋	油菜	巧達濃湯
11/12 蔬食日 	四	米飯	白菜 虱目魚柳	滷 什錦食蔬	五味醬 豆腐*2	小白菜	當歸 麵線湯
11/13 	五	芝麻飯	麻香肉角 杏鮑菇	洋蔥炒蛋	冬瓜 燒麵輪	耐龍菜	丁香 味噌湯