

歸仁國中營養午餐菜單_永豐食品工廠 第12週

日期	星期	主食	主菜 1	主菜 2	副菜 1	副菜 2	湯
 11/14	一	白飯	蕃茄馬鈴薯 燒雞	蔥爆豬肉	螞蟻上樹	油菜	海芽 蛋花湯
 11/15	二	麥片飯	烤豬排	八寶肉醬	嫩蛋鮮蔬 杏鮑菇	青江菜	筍絲雞湯
 11/16 特餐日	三	什錦炒飯	梅子高麗菜 燒雞	沙茶芹菜 炒豆干	小黃瓜 炒黑輪	耐龍菜	南瓜濃湯
 11/17 蔬食日	四	白飯	鮮蔬 龍虎斑	日式蒸蛋	滷什錦	小白菜	冬瓜 山粉圓+ 履歷豆漿
 11/18	五	燕麥飯	胡椒銀芽 燒肉片	咖哩雞	繽紛花椰菜	高麗菜	薑絲枸杞 冬瓜湯