






歸仁國中 營養午餐菜單_康立食品工廠 第12週

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 1 | 主菜 2 | 副菜 1 | 副菜 2 | 湯 |
|---|----|------|---------|--------|--------|------|---------------|
| 11/13  | 一 | 米飯 | 蜜汁翅小腿*2 | 家常豆腐 | 蛋絲白菜 | 青江菜 | 黃瓜龍骨湯 |
| 11/14  | 二 | 燕麥飯 | 沙茶豬排 | 絲瓜肉絲麵筋 | 洋蔥燒甜不辣 | 油菜 | 榨菜肉絲湯 履歷豆漿 |
| 11/15  | 三 | 什錦炒麵 | 宮保雞丁 | 紹子蒸蛋 | 蒸銀絲卷 | 鵝白菜 | 巧達濃湯 |
| 11/16  | 四 | 米飯 | 鐵板肉片 | 咖哩雞柳 | 玉米三丁 | 地瓜菜 | 豆腐味噌湯 水果 |
| 11/17  | 五 | 芝麻飯 | 紅燒鮮魚片 | 什錦食蔬 | 什錦炒蛋 | 小白菜 | 冬瓜珍珠 |

●學校菜單使用之豬肉皆為國產豬肉

一年級+ 201~206 班：聯利

207~211 班+三年級+素：康立