

歸仁國中 營養午餐菜單_康立食品工廠 第14週

日期	星期	主食	主菜 1	主菜 2	副菜 1	副菜 2	湯
11/27 	一	米飯	鐵板雞柳	肉燥油豆腐	螞蟻上樹	鵝白菜	筍片 龍骨湯
11/28 	二	炒和風 牛排麵	糖醋肉丁	豬肉餡餅	關東煮	青江菜	紫菜 蛋花湯 乳品
11/29 	三	米飯	烤鯖魚	香菇花瓜 油豆腐	炒三絲	油菜	綠豆 西米露
11/30 	四	麥片飯	枸杞 山藥排骨	雞蓉 玉米粒	豆薯 木耳炒蛋	小白菜	白玉 魚丸湯 水果
12/1 	五	芝麻飯	左宗棠 雞丁	魚香豆腐	冬瓜 客家小菊	菠菜	金針菇筍 絲肉絲湯

◎學校菜單僅使用國產豬肉
一年級+201~206 班：聯利

207~211 班+三年級+素：康立