

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (聯利) 第7週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
10/10	一	雙十節					
10/11 	二	小米飯	咖哩雞	菜心 獅子頭	筍絲 炒蛋	腐皮 大白菜	柴魚海芽 豆腐湯
10/12 	三	白飯	蒜泥 肉片	宮保 豆腐	枸杞絲瓜 冬粉	蒜香 四季豆	筍片雞湯
10/13 	四	胚芽飯	香菇 炒雞丁	五香 滷蛋	玉米三色	銀芽三色	菜頭 魚丸湯
10/14 	五	醬油 炒飯	糖醋 魚條	素肉燥 蒸蛋	劍筍 炒豆干	三色 高麗菜	薑絲 冬瓜湯