

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第 11 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
11/7(一)	一	胚芽飯	叉燒肉 豆干片	日式 蒸蛋	玉米 馬鈴薯	薑絲 油菜	芹香 虱目魚丸湯
11/8(二)	二	五穀飯	三杯雞 杏鮑菇	客家 肉角	蒜香 雙花菜	三色 高麗菜	丁香 味噌湯
11/9(三)	三	芝麻飯	烤翅 小腿*2	咖哩 豬柳	炒三絲	開陽白菜	南瓜 濃湯
11/10(四)	四	日式 烏龍 麵	塔香花 枝米血	奶油 餐包	五味醬 豆腐	菇扒 青江菜	綠豆 西谷米
11/11(五)	五	米飯	高麗菜 鴨肉	肉燥 魯蛋	關東煮	蒜香 空心菜	玉米 龍骨湯