

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (聯利) 第 13 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
11/21 (一) 	一	白飯	粉蒸 南瓜排骨	豆薯 炒蛋	黃豆芽 拌海根	薑絲 小白菜	香菇 雞湯
11/22 (二) 	二	肉沫 豆菜麵	佛跳牆	木鬚 肉絲	巧克力 饅頭	蒜香 高麗菜	玉米 濃湯
11/23 (三) 	三	薏仁飯	咖哩雞	客家 小炒	茶葉蛋	薑炒 油菜	紫菜 蛋花湯
11/24 (四) 	四	素炒飯	烤紅鮭	中四角 素肉沫	府城 滷味	木耳 大白菜	冬菜 粉絲湯
11/25 (五) 	五	柴魚飯	鐵路 豬排	香菇 白花菜	雞茸 豆腐煲	蒜香 空心菜	玉米 金菇湯