

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (聯利) 第 16 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
12/12 	一	五穀飯	貴妃翅腿 *2	滷肉燥 大四角	枸杞 絲瓜冬粉	開陽 白菜	酸辣湯
12/13 	二	燕麥飯	鮮甜菜頭 炒肉片	柴魚 蒸蛋	糯米丸	沙茶 油菜	苦瓜 鳳梨 雞湯
12/14 	三	薏仁飯	筍干 豬腳肉丁	日式 柴魚 關東煮	蠔油海根	紅K 高麗菜	西瓜綿 鮮魚湯
12/15 	四	米飯	椒鹽 白北魚	麻婆 豆腐	海帶三絲	薑絲 小白菜	白玉 肉骨茶
12/16 	五	麻油 香菇 拌飯	烤腿排	蜜汁 黑輪條	南瓜雜糧 小饅頭	魚板 青江菜	菜頭 玉米 大骨湯