

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
11/6 	一	香鬆飯	燒肉 豆干片	肉燥 魯蛋	玉米 馬鈴薯	炒 豆芽菜	白K 龍骨湯
11/7 	二	米飯	三杯雞 杏鮑菇	蔥爆 肉絲	蒜香 雙花菜	炒 小白菜	丁香 味噌湯
11/8 	三	胚芽飯	蜜汁 翅小腿*2	咖哩 豬肉	炒三絲	炒 高麗菜	南瓜 濃湯
11/9 蔬食日 	四	什錦 炒麵	白菜 虱目魚柳	奶皇包	三杯 豆腐	炒 油菜	珍珠 紅茶
11/10 	五	米飯	客家肉角	洋蔥 炒蛋	冬瓜 燒麵輪	炒 青江菜	鳳梨 豆醬 雞湯

一年級：聯利 二年級：永豐 三年級+素食：康立