

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第 17 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
12/18 	一	米飯	雞肉 絲銀芽	肉燥 油豆腐	日式 蒸蛋	炒 小白菜	當歸 素肉湯
12/19 	二	南瓜飯	梅干 冬瓜 燒肉片	咖哩 黃金蛋	長豆 XO醬	炒 高麗菜	白玉 龍骨湯
12/20 	三	米飯	左宗棠 雞	紅燒 獅子頭	芹香 花椰菜	炒油菜	玉米 肉絲湯
12/21 	四	芝麻飯	蜜汁 豬排	雞蓉 馬鈴薯	白菜 粉絲 炒蛋	炒 青江菜	丁香 味噌湯
12/22 蔬食日 	五	炒日式 烏龍麵	糖醋 鮮魚片	蒸 銀絲捲	三杯 豆腐 杏鮑菇	炒 鵝白菜	紅豆 湯圓

一年級：聯利 二年級：永豐 三年級+素食：康立