

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第 20 週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
1/8 	一	米飯	椒麻雞丁*2	白菜 粉絲炒蛋	炒三絲	炒 鵝白菜	蘿蔔 龍骨湯
1/9 	二	地瓜飯	沙茶 芥蘭 肉片	咖哩雞肉	長豆 金針菇	炒 高麗菜	當歸 素肉湯
1/10 	三	芝麻飯	三杯 雞丁	肉片魯 麵輪白玉	翡翠 蒸蛋	炒油菜	四神 排骨湯
1/11 蔬食日 	四	素炒麵	五味醬 魚條*2	奶皇包	客家 小炒	炒菠菜	玉米 濃湯
1/12 	五	香鬆飯	宮保 雞丁	梅干冬瓜 燒肉片	鮑菇 什錦 豆腐	炒 小白菜	芹香 魚丸湯