

歸仁國中第7週營養午餐菜單 葷食 (永豐食品工廠) 第7週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
3/26 	一	米飯	紫蘇梅燒雞	鹹豬肉 粉絲煲	三色 玉米	耐龍菜	榨菜 肉絲湯
3/27 	二	米飯	蘑菇醬 燒 腿排肉	紅絲 洋蔥 炒蛋	紅燒 冬瓜 豆菊	青江菜	酸菜 豬血湯
3/28 	三	焗烤飯	鍋貼*2	油菜炒 豬肉片	海帶 拌豆干	豆芽菜	玉米 濃湯
3/29 蔬食日 	四	米飯	大白菜 燒 虱目魚	番茄 炒蛋	麻油 薑絲 米血	油菜	當歸 素肉湯
3/30 	五	川島 香鬆飯	烤豬排	泰式 打拋肉	小黃瓜 炒 甜不辣	高麗菜	菜頭 雞肉湯
3/31 	六	米飯	馬鈴薯 三杯雞	XO 醬 四季豆 炒蛋	絲瓜 麵筋	小白菜	香菇筍絲 肉絲湯

一年級：康立

二年級：聯利

三年級+素食：永豐