

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (康立) 第2週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
9/3 	一	米飯	椒鹽翅腿 *2	洋蔥 肉絲	什錦 雙菇	玉米 三色豆	海芽 蛋花湯
9/4 	二	地瓜飯	梅干燒 排骨	貴妃雞	XO 醬 長豆	紅 K 高麗菜	筍絲 肉絲湯
9/5 蔬食日 	三	柴魚 酥飯	小柳葉魚 *2	三色 蒸蛋	客家 小炒	蒜香 青花菜	檸檬 紅茶
9/6 	四	白飯	烤豬排	肉燥 魯蛋	鳳梨 炒筍絲	銀芽 茼菜	丁香 味噌湯
9/7 	五	日式 烏龍麵	三杯雞 杏鮑菇	小湯包 *2	五味醬 豆腐	蒜香 高麗菜	冬瓜 龍骨湯