

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食 (永豐食品工廠) 第3週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
9/10 	一	川島香鬆飯	三杯雞	白玉柴魚獅子頭	木須炒蛋	黑胡椒毛豆莢	四神排骨湯
9/11 	二	米飯	香滷雞排	洋蔥炒豬肉片	肉末玉米	炒長豆菜	黃瓜魚丸湯
9/12 	三	焗烤飯	蘑菇醬豬排	海帶拌豆干	三絲滷白菜	炒銀芽三色	南瓜濃湯
9/13 蔬食日 	四	米飯	五味醬魚條*2	嫩蛋杏鮑菇	黃金蛋魯什錦	炒敏豆	當歸素肉湯
9/14 	五	玉米飯	鹹豬肉粉絲煲	咖哩雞	炒雙花菜	炒高麗菜	豆薯蛋花湯