

龍星每週菜單

豬、肉來源：台灣

9/8	一	白米飯	香酥魚丁	麻婆豆腐	有機黑葉白菜	八寶良糧粥	
9/9	二	燕麥飯	蔭冬瓜燉鴨	柴魚蒸蛋	有機鳳京菜	香菇鮮筍湯	奇異果
9/10	三	肉羹麵線+梅干扣肉+產銷莧菜+卦包					
9/11	四	小米飯	親子雞肉	黃瓜鮮燴	有機白松菜	蘿蔔貢丸湯	百香果
9/12	五	糙米飯	蒜泥白肉	蜜汁豆干	有機高麗菜	營養佰菇湯	鮮奶

一張圖搞懂關係！

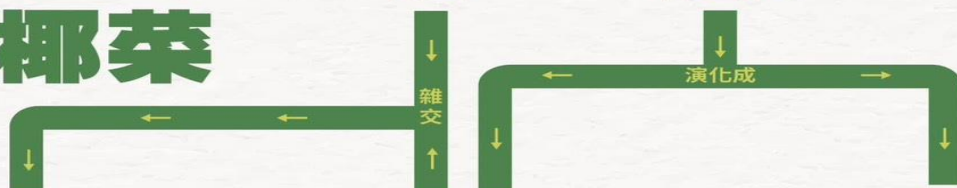
青花筍 青花菜 花椰菜



(芥藍)



(野生甘藍)



青花筍

你們誰是我爸爸

11月中-3月



花梗分枝較多
花球較小且鬆散

青花菜

不要叫我花椰菜

產季10月中旬-4月中旬



由已分化的小花蕾組成花蕾球

花椰菜

我才是花椰菜

主要產季11月-4月
可全年栽培



由未分化完成的花苞所聚合

花球構造

切開菜莖時，發現菜莖空心、變褐，可以食用嗎？

廣告