10/27		白杂米亚飯系	曹景燒《豆灸腸》	番;茄ź炒灸蛋浆	有京機生青٤江芫菜系	摩፟፞፟ዾዾኇ፟፟ቔ	
10/28	=	黑红米亞飯家	梅心乾《菜》滷灸雞出	麻尕油ֿ귳鮮ξ蔬泵	有录機生千氧實象菜素	大於滷灸湯蓋	西ェ洋ネ梨シ
10/29	111	韓公式《拌》飯子+巷云口灸滷灸味《+產訓銷云空》心云菜訓+人尽蔘尽糯剂米□雞□湯至					黄色豆类奶品
10/30	四	南引瓜 彩飯 家	綠&咖₹哩₾肉景丁₹	芋山香豆白氨菜素	有京機工黑〔葉云白》菜》	金兰針:排剂骨以湯泵	香葉吉り士が
10/31	五	糙٤米□飯泵	甜;醬品沙豆嗲菜雞出	芙▽蓉ᇲ五ぃ米♡	有京機工青紅丝菜系	冬瓷瓜ჽ蛤ℰ仔ャ湯葉	鮮;奶;
11/1	六	肉具醬品筆三管員麵品+檸己檬品雞出翅++有云機出高《麗兰菜》+紅豆藜》玉山米口濃豆湯至					

√我們是不同的蔬菜 //

青花菜羊花椰菜

皆屬於十字花科蕓薹屬蔬菜,由野生甘藍經過突變演化而來 青花菜是野生甘藍演化成花椰菜過程的中間產物

顏色

外觀

營養

青花菜 (不是綠色花椰菜)



綠色、紫色

花球由已分化花蕾組成

含豐富維生素 C 維生素 A、β-胡蘿蔔素等

白、黄、綠、橘、紫

花球由未分化花原體組成

含豐富維生素C、葉酸等