

財團法人臺灣省嘉義縣私立協同高級中學附設嘉義縣私立協同幼兒園

112 學年度第一學期 (12 / 4 ~ 12 / 8)

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
早點	吐司	吐司	客家湯板條	手工板條	玉米濃湯	玉米粒	酸辣湯餃	水餃	蔬菜粥	白米
	牛奶	全脂牛奶		紅蘿蔔		紅蘿蔔丁		黑木耳		綠花椰菜
				香菇		青豆仁		紅蘿蔔絲		紅蘿蔔丁
				青蔥		雞蛋		板豆腐		玉米粒
				豬肉末	吐司	雞蛋吐司		金針菇		蔥花
								雞蛋		
午餐	當歸鴨麵線	麵線	米飯	白米	雞肉飯	雞肉絲	米飯	白米	香椿無極炒飯	雞蛋
		當歸中藥材	紅燒獅子頭	豬絞肉.荸薺		油蔥				白飯
		鴨肉		蔥花.薑末		淡味醬油	韭菜炒蛋	韭菜、雞蛋		紅蘿蔔丁
	時令水果	香蕉		雞蛋.	炒青菜	小黃瓜	炒青菜	青花菜		香椿醬
				調味料		蒜頭		韭菜		青花菜
			炒青菜	高麗菜.蒜頭		紅蘿蔔絲	糖醋咕咾肉	梅花肉		四季豆
				紅蘿蔔絲	紅燒油豆腐	油豆腐		洋蔥		金針菇
			洋蔥炒蛋	雞蛋.洋蔥		蔥段		鳳梨	義式風味蔬菜	香菇 香菜
			菱角排骨湯	菱角.排骨	青菜豆腐湯	小白菜.豆腐		紅蘿蔔	湯	豆皮 玉米
			時令水果	柳丁		白味噌	胡瓜魚丸湯	胡瓜		紅蘿蔔塊
					時令水果	橘子		魚丸		南瓜.金針菇
							時令水果	橘子	時令水果	木瓜
午點	關東煮	白蘿蔔	薏仁湯	小薏仁	牛奶燕麥	桂格燕麥片	燒仙草	綠豆	鯖魚米粉	鯖魚
		魚餃		蓮子		全脂牛奶		粉圓		小白菜
		大白菜		枸杞				粉條		米粉
		小貢丸		白木耳				嫩仙草		
		火鍋料						大豆		

水果：(蘋果/香蕉/奇異果/火龍果/番茄/葡萄/水梨/木瓜/蓮霧/西瓜/草莓/芭樂/甜桃/洋香瓜/美濃瓜/柳丁/橘子) 依時令食用



財團法人臺灣省嘉義縣私立協同高級中學附設嘉義縣私立協同幼兒園

112 學年度第一學期 (12 / 11 ~ 12 / 15)

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
早 點	台式米苔目	米苔目	蔬菜麵疙瘩	麵疙瘩	菜頭粿	菜頭	包子	小籠包	切仔麵	油麵
		乾香菇.蝦米		青蔥		醬油膏	豆漿	豆漿		肉燥
		肉絲.油蔥		雞胸肉	味噌湯	白味噌				小白菜
		大蒜.芹菜		小白菜		豆腐				豆芽菜
		高麗菜		紅蘿蔔絲		蔥花				韭菜
午 餐	白飯	白米	雞肉咖哩飯	雞胸肉	麻醬麵	陽春麵	白飯	白米	白粥	白飯
	瓜子肉	脆瓜		馬鈴薯		小黃瓜絲	土魷魚	土魷魚塊	肉鬆	肉鬆
		絞肉		紅蘿蔔		芝麻醬	滷大白菜	大白菜	炒青菜	高麗菜
		油蔥		洋蔥		雞胸肉		紅蘿蔔絲		紅蘿蔔絲
	炒青菜	高麗菜		咖哩塊		紅蘿蔔絲		蒜頭.蝦米		蔥段
		紅蘿蔔絲	金針大骨湯	金針	蛤蜊湯	薑絲		香菇.豆包	滷味	滷鳥蛋
	蔥明蛋	蔥花		排骨		蛤蜊	塔香海茸	九層塔		海帶
		雞蛋		白蘿蔔	時令水果	香蕉		海茸	時令水果	番茄
	竹輪蘿蔔湯	竹輪.白蘿蔔	時令水果	香蕉			番茄豆腐湯	洋蔥 番茄		
	時令水果	芭樂						豆腐		
							時令水果	木瓜		
午 點	肉末冬粉湯	冬粉	椰香西米露	西谷米	決明子	決明子	黑糖白玉丸 子	黑糖	鍋貼	鍋貼
		豬肉末		椰漿.地瓜	麥子			小湯圓	柴魚昆布湯	柴魚
		蔥花	餅乾	夾心餅乾	麵包	奶酥餐包		龍眼乾		昆布
		小白菜						蓮子		

水果：(蘋果/香蕉/奇異果/火龍果/番茄/葡萄/水梨/木瓜/蓮霧/西瓜/草莓/芭樂/甜桃/洋香瓜/美濃瓜/柳丁/橘子) 依時令食用



財團法人臺灣省嘉義縣私立協同高級中學附設嘉義縣私立協同幼兒園

112 學年度第一學期 (12 / 18 ~ 12 / 22)

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
早 點	菜頭粿	蘿蔔糕	麻油麵線	麻油	紫菜湯	紫菜.蔥花	桂冠雲吞	雲吞	台式粿仔條	粿仔條
		小白菜		紅麵線	饅頭	小饅頭		小白菜		乾香菇
		油蔥		雞蛋				蔥花		青蔥
				薑絲						紅蘿蔔
午 餐	米飯	白米	米飯	白米	台灣油飯	油蔥	味噌拉麵	拉麵麵條	雪裡紅炒飯	白飯
	洋蔥雞柳	洋蔥	沙茶花椰菜	花椰菜(白)		雞胸肉片		蔥花		雪裡紅
		雞胸肉		沙茶醬		乾香菇		豆芽菜		豬肉絲
	紅燒豆腐	豆腐	東坡肉	五花肉		胚芽米		青江菜		紅蘿蔔丁
		蔥段		老薑		魷魚		豬肉片		雞蛋
	清燙長豆	長豆		蔥段	皮絲當歸湯	皮絲		高湯		青豆仁
		蒜頭		八角		當歸藥材	滷蛋	雞蛋	髮菜湯	髮菜.金針菇
		熟白芝麻	番茄炒蛋	番茄.雞蛋		紅白蘿蔔	時令水果	洛克番茄		香菇.黑木耳
		醬油膏.香油	何首烏雞湯	何首烏		玉米.香菇				紅蘿蔔絲
	南瓜排骨湯	南瓜.排骨		雞肉	時令水果	洛克番茄			時令水果	柳丁
	時令水果	番茄	時令水果	香蕉						
午 點	珍珠牛奶	大小粉圓	雞蓉粥	玉米	紅豆湯圓	紅豆	麵包	蔥捲	炸薯條	薯條
		全脂奶粉		高麗菜		小湯圓	玉米濃湯	玉米粒	養生茶	防疫茶
				雞肉丁				紅蘿蔔丁		
				喜鴻菇				雞蛋		

水果：(蘋果/香蕉/奇異果/火龍果/番茄/葡萄/水梨/木瓜/蓮霧/西瓜/草莓/芭樂/甜桃/洋香瓜/美濃瓜/柳丁/橘子) 依時令食用



財團法人臺灣省嘉義縣私立協同高級中學附設嘉義縣私立協同幼兒園

112 學年度第一學期 (12 / 25 ~ 12 / 29)

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
早點	蘿蔔天婦羅	香菇	肉燥河粉	豬絞肉	湯餃	水餃	廣東粥	白米	牛奶	牛奶
		綠花椰菜		油蔥頭		小白菜		里肌肉	喜瑞爾穀片	玉米脆片
		紅蘿蔔塊		豆芽菜		黑木耳		蔥花 但		
		白蘿蔔塊		韭菜		紅蘿蔔絲		玉米粒		
		甜不辣		寬河粉				紅蘿蔔丁		
				香菜				高麗菜		
午餐	白飯	白米	白飯	白米	香菇肉羹飯	白飯	白飯	白米	什錦炒麵	油麵
	道口燒雞	土雞	清蒜紅糟肉	里肌豬排		柴魚片	香菇肉燥	豬絞肉		豬肉絲
		薑 蔥段		紅麴醬		雞蛋		香菇 油蔥		高麗菜
	炒青菜	高麗菜	炒青菜	A 菜		香菇	燴三絲	黑木耳		黑木耳
		香菇		紅蘿蔔絲		白菜		金針菇		紅蘿蔔絲
		蒜頭		黑木耳		筍絲		小黃瓜		香菇 .蔥段
	蛋香韭菜	雞蛋 韭菜	家常滷味	豆干丁		里肌肉		紅蘿蔔絲		洋蔥
		薑 .大蒜		海帶.蔥花		香菜	洋蔥炒蛋	洋蔥.雞蛋	四神湯	排骨
	蘿蔔貢丸湯	小貢丸.香菜	紫菜蛋花湯	紫菜 雞蛋	時令水果	柳丁	竹筴排骨湯	竹筴.排骨		四神材料包
		白蘿蔔	時令水果	番茄				白紅蘿蔔	時令水果	香蕉
	時令水果	柳丁					時令水果	香蕉		
午點	綠豆薏仁湯	綠豆	山粉圓	山粉圓	豆漿	豆漿	沙茶米粉	米粉	茶葉蛋	茶葉蛋
		薏仁	餅乾	蔬菜餅乾	小餐包	肉鬆麵包		雞蛋	養生茶	防疫茶
		粉條						小白菜		
								青蔥		
								沙茶醬		

水果：(蘋果/香蕉/奇異果/火龍果/番茄/葡萄/水梨/木瓜/蓮霧/西瓜/草莓/芭樂/甜桃/洋香瓜/美濃瓜/柳丁/橘子) 依時令食用

