

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 (113/01/02~113/01/05)

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			雞絲蛋麵	雞蛋	粿仔湯	肉絲	牛奶	全脂奶粉	蔬菜冬粉湯	寬冬粉
				紅麵線		米粿	穀片	喜瑞爾		高麗菜
				小白菜		綠色青菜				蒜頭末
				豆芽菜						黑木耳絲
										紅蘿蔔絲
午餐			白飯	米	白飯	米	白飯	米	茄汁義大利麵	麵條
			綠色青菜	菠菜.蒜頭	香菇肉燥	香菇	梅子雞	脆梅	麵	綠色花椰菜
			紅蘿蔔炒蛋	紅蘿蔔		油蔥		梅子醬		番茄.蛤蜊
				雞蛋		絞肉		雞肉		肉絲.玉米丁
			金針肉絲湯	金針	炒綠色青菜	豆芽菜	炒綠色青菜	炒小黃瓜		紅蘿蔔丁
				肉絲	菜圃蛋	老菜圃	髮菜羹湯	髮菜.香菇	味噌湯	嫩豆腐
			紅白蘿蔔燉肉	馬鈴薯		雞蛋		黑木耳		白味噌
				紅蘿蔔	四神湯	四神藥材		金針菇		蔥花.
				後腿肉		排骨	豆干炒小魚乾	小豆干	時令水果	時令水果
			時令水果	時令水果	時令水果	時令水果		小魚乾		
午點			炸薯條	薯條	薏仁蓮子湯	蓮子	時令水果	時令水果	關東煮	白蘿蔔
			柴魚湯	柴魚片		薏仁	玉米蛋麥片	玉米		燕餃.魚餃
				蔥花		白木耳	粥	雞蛋		大白菜
						枸杞		麥片		油豆腐
								蔥花		小貢丸

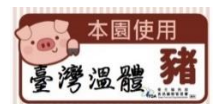
水果：(蘋果/香蕉/奇異果/火龍果/番茄/水梨/木瓜/蓮霧/西瓜/草莓/芭樂/甜桃/洋香瓜/美濃瓜/柳丁/橘子)依時令食用



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 (113/01/08~113/01/12)

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	板條湯	肉絲	蔬菜湯餃	綠色青菜	肉包	小肉包	鮭魚燕麥粥	鮭魚罐頭	蔬菜麵疙瘩	麵糊
		豆芽		水餃	蛋花湯	雞蛋		桂格燕麥片		綠色青菜
		韭菜				蔥花		高麗菜		蛋.香菇
		綠色蔬菜				綠色蔬菜				肉絲
										紅蘿蔔
午餐	白飯	白米	炸醬麵	麵條	米飯	白米	白飯	白米	肉絲蛋炒飯	豬肉絲
	炒綠青菜	小白菜		小黃瓜絲	酥炸紅糟肉	紅糟	瓜子肉燥	脆瓜		白飯
	洋蔥炒蛋	洋蔥		紅蘿蔔絲		梅花肉		絞肉		高麗菜
		雞蛋		豆芽菜	山東白菜	大白菜		油蔥		紅蘿蔔
	油蔥雞	雞肉		甜麵醬	炒海茸	九層塔	燙青菜	空心菜		蔥花洋蔥
		油蔥	貢丸湯	貢丸		海茸		肉燥.油蔥		蛋
		蔥絲		芹菜	黃瓜魚丸湯	大黃瓜	玉米炒蛋	玉米粒.雞蛋	海帶湯	海帶
		薑絲	時令水果	時令水果		魚丸	紫菜湯	紫菜.蔥段		嫩薑
	蛤蜊湯	蛤蜊			時令水果	時令水果	時令水果	時令水果		柴魚
		薑絲							時令水果	時令水果
午點	時令水果	時令水果	蛋花湯	雞蛋	決明子麥茶	決明子	麻油雞蛋麵 線	麻油	切仔麵	韭菜
	燒仙草	芋圓		蔥花		麥茶		雞蛋		豬絞肉
		珍珠	鍋貼	招牌鍋貼	餅乾	餅乾		麵線		油蔥
		粉條								高麗菜
		大豆								油麵
		嫩仙草								

水果：(蘋果/香蕉/奇異果/火龍果/番茄/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 (113/01/15~113/01/19)

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	南瓜小米粥	南瓜	客家湯板條	手工板條	酸辣湯餃	水餃	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕塊	擔仔麵	油麵
		小米		紅蘿蔔		黑木耳		香菇		綠豆芽
		白米		乾香菇		紅蘿蔔絲		小白菜		油蔥頭
				青蔥		板豆腐		紅蘿蔔		肉燥
				豬肉末		金針菇				韭菜
						蛋				
午 餐	紅燒控肉	五花肉	米飯	白米	什錦素炒麵	油麵	肉絲蛋炒飯	豬肉絲	皮蛋瘦肉粥	白粥
	炒綠色青菜	高麗菜	洋蔥炒雞柳	洋蔥		綠花椰菜		白飯		瘦肉
	香蔥炒蛋	蛋		雞柳		素火腿		高麗菜		皮蛋
		蔥花	炒綠色青菜	油菜		黑木耳		紅蘿蔔		蔥花
	米飯	白米	紅燒豆腐	嫩豆腐		高麗菜		蔥花、洋蔥		油條
	薑絲蚵仔湯	薑絲		蔥段		香菇、豆芽菜		蛋		芹菜末
		蚵	黃瓜魚丸湯	大黃瓜	五形蔬菜湯	玉米、芥菜	燙綠色青菜	綠色青菜	時令水果	時令水果
	時令水果	時令水果		魚丸		紅蘿蔔	香菇雞湯	雞肉		
			時令水果	時令水果		杏鮑菇		香菇		
						紅番茄		薑片		
午 點	黑糖小粉圓	小粉圓	炒米苔目	韭菜	紅豆紫米	紅豆	陽春麵	陽春麵	玉米濃湯	玉米粒
		黑糖		豆芽菜		紫米		肉燥		雞蛋
		全脂奶粉		絞肉		小湯圓		紅蔥酥		紅蘿蔔丁
				油蔥酥				豆芽菜	小餐包	紅豆餐包
								青江菜		

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 (113/01/22~113/01/26)

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	擔仔麵	油麵	客家湯板條	手工板條	酸辣湯餃	水餃	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕塊	牛奶	全脂奶粉
		綠豆芽		紅蘿蔔		黑木耳		香菇	包子	小肉包
		油蔥頭		乾香菇		紅蘿蔔絲		小白菜		
		肉燥		青蔥		板豆腐		紅蘿蔔		
		韭菜		豬肉末		金針菇				
						蛋				
午 餐	酥炸豬排	里肌肉	米飯	白米	什錦素炒麵	油麵	肉絲蛋炒飯	豬肉絲	皮蛋瘦肉粥	白粥
	炒青菜	A 菜	洋蔥炒雞柳	洋蔥		綠花椰菜		白飯		瘦肉
	香蔥炒蛋	蛋		雞柳		素火腿		高麗菜		皮蛋
		蔥花	炒青菜	青江菜		黑木耳		紅蘿蔔		蔥花
	米飯	白米	紅燒豆腐	嫩豆腐		高麗菜		蔥花、洋蔥		油條
	薑絲蚬仔湯	薑絲		蔥段		香菇		蛋		芹菜末
		蚬	黃瓜魚丸湯	大黃瓜		豆芽菜	燙青菜	菠菜	時令水果	柳丁
	時令水果	蘋果		魚丸	絲瓜蚵仔湯	絲瓜	冬瓜蛤蜊湯	冬瓜		
			時令水果	木瓜		薑片		蛤蜊		
						蚵仔		薑絲		
午 點	紫米湯圓粥	紫米	養生茶	紅棗	綠豆地瓜湯	綠豆	決明子	決明子	鯖魚米粉	新竹米粉
		小湯圓		桂圓		地瓜	小餐包	紅豆餐包		茄汁鯖魚
				枸杞						
			餅乾	飛機餅乾						

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 (113/01/29~113/01/31)

日期	星期一		星期二		星期三				
	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容			
早 點	吐司	白吐司	什錦寬冬粉	寬冬粉	菜頭粿	菜頭粿			
	牛奶	全脂奶粉		油蔥		醬油			
				小白菜	味噌湯	白味噌			
				紅蘿蔔絲		嫩豆腐			
				黑木耳		蔥花			
午 餐	米飯	白米	米飯	白米	什錦炒飯	白米			
	炒綠色青菜	綠色花椰菜	道口燒雞	雞肉		香菇			
	紅燒豆腐	嫩豆腐		調味料		青豆仁			
	肉燥	豬絞肉		蔥段		玉米粒			
		油蔥	炒綠色青菜	青江菜		紅蘿蔔丁			
	香菇雞湯	香菇	蒸蛋	雞蛋		雞蛋			
		雞肉		香菇	紫菜湯	紫菜			
		香菜	金針肉絲湯	金針	時令水果	蘋果			
	時令水果	小番茄		肉絲					
			時令水果	小番茄					
午 點	綠豆地瓜湯	綠豆	牛奶燕麥	桂格燕麥片	雞絲蛋麵	雞絲麵			
		地瓜		全脂牛奶		雞蛋			
						小白菜			
						黑木耳			

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

