

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 學年度第二學期 (113/4/1~113/4/3)

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	蔬菜肉絲蛋粥	白米	牛奶	全脂奶粉	小饅頭	黑糖饅頭	放假		放假	
		綠色蔬菜	喜瑞爾穀片	玉米脆片	青菜豆腐湯	小白菜				
		肉絲				嫩豆腐				
		蛋								
午餐	白飯	白米	青蔥培根炒飯	青蔥	什錦肉羹麵	大白菜	放假		放假	
	瓜子肉燥	脆瓜		培根		柴魚片				
		絞肉		紅蘿蔔丁		赤肉羹				
	黑木耳炒豆包	黑木耳	白紅蘿蔔排骨湯	排骨	高麗菜					
		豆包		白蘿蔔	筍絲					
		紅蘿蔔絲		紅蘿蔔	金針菇					
	炒時蔬	綠色蔬菜	時令水果	時令水果	炒時蔬	綠色青菜				
	紫菜豆腐湯	紫菜			時令水果	時令水果				
		嫩豆腐								
	時令水果	時令水果								
午點	薑絲菜肉麵線	豬肉	湯餃	熟水餃	麵包	青蔥麵包	放假		放假	
		小白菜		小白菜	養生茶	枸杞				
		白麵線		紅蘿蔔丁		紅棗				
		薑				桂圓				

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 學年度第二學期 (113/04/08~113/04/12)

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	蔬菜冬粉	冬粉	海帶鮪魚粥	乾海帶	湯餃	熟水餃	牛奶	全脂奶粉	水煮蛋	雞蛋
		貢丸		鮪魚罐頭		小白菜	吐司	白吐司	紫菜湯	紫菜
		小白菜		香油.白米		豆芽菜				蔥花
		紅蘿蔔								
午 餐	白飯	白米	白飯	白米	蠔油香菇	素蠔油	白飯	白米	茄汁肉醬起司	通心麵
	韭菜花炒甜不辣	韭菜花	道口燒雞	雞肉	油飯	乾香菇	炸豬排	豬排	通心麵	洋蔥丁
		紅蘿蔔絲		醬油		紅蘿蔔丁	紅燒豆腐	豆腐		番茄丁
		甜不辣	炒食蔬	綠色青菜		香油		蔥段		絞肉
	炒食蔬	綠色青菜	大黃瓜炒竹輪	大黃瓜	猴頭菇素雞 湯	猴頭菇	炒食蔬	綠色青菜		胡蘿蔔丁
	紅燒贛肉	豬五花肉		竹輪.香菇		素雞肉	金針肉絲湯	金針		起司粉
		蔥.冰糖		油蔥		香菇		豬肉絲	蛤仔湯	蛤蜊
		米酒.醬油	貢丸湯	貢丸		草菇	時令水果	時令水果		薑絲
	紫菜蛋花湯	紫菜		芹菜.香菜		枸杞			時令水果	時令水果
		雞蛋.蔥花	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果				
時令水果	時令水果									
午 點	冬瓜檸檬粉粿	黑糖	餅乾	夾心餅乾	麻油湯麵線	白麵線	紅棗枸杞燕 麥片	紅棗	肉包	小肉包
		粉粿	牛奶	全脂奶粉				高麗菜	枸杞	豆漿
		冬瓜磚.檸檬				薑絲適量		桂格燕麥片		
						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 學年度第二學期 (113/04/15~113/4/19)

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	蔬菜陽春麵	陽春麵條	桂冠雲吞	小白菜	饅頭	小饅頭	魷仔魚高麗	白米	湯餃	熟水餃
		豬肉絲		豆芽菜	牛奶	全脂奶粉	菜粥	魷仔魚		小白菜
		韭菜段		雲吞				高麗菜粥		油蔥
		油蔥酥		香菇				雞蛋		
		黑木耳						蟹肉棒		
		香菇								
午餐	白飯	白米	五彩雞肉燴飯	米飯	白飯	白米	白飯	白米	螞蟻上樹	冬粉.蔥
	沙茶炒大白菜	沙茶		雞胸肉	炒綠色青菜	炒綠色青菜	洋蔥炒蛋	洋蔥		高麗菜
		大白菜		青江菜	三杯鮮菇炒	素腸		雞蛋		豬絞肉
		紅蘿蔔段		玉米筍	素腸	九層塔	炒綠色蔬菜	炒綠色青菜		紅蘿蔔
		蔥段		紅蘿蔔		杏苞菇	紅蘿蔔燉肉	五花肉		黑木耳
		蝦米 適量		黑木耳		薑片		紅蘿蔔	炒青菜	綠色青菜
	炸雞塊	雞塊	味噌豆腐湯	白味噌	紅燒豆腐	嫩豆腐		白蘿蔔	香菇雞湯	香菇.薑片
	洋蔥炒肉絲	洋蔥.肉絲.		嫩豆腐			蛤蜊湯	蛤蜊		雞肉
		青蔥		蔥花				薑絲		
	蘿蔔排骨湯	蘿蔔.排骨	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
時令水果	時令水果									
午點	紅棗桂圓茶	紅棗	擔仔麵	油麵	燒仙草	仙草	肉燥米粉湯	米粉	麥茶	麥茶
		桂圓		肉燥		珍珠		肉燥	番薯	番薯
	餅乾	夾心餅乾		油蔥		芋圓		洋蔥末		
				韭菜段		小薏仁		綠色蔬菜		
				小白菜				紅蔥頭		

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 學年度第二學期 (113/04/22~113/4/26)

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	蔬菜麵疙瘩	麵疙瘩	什錦寬冬粉	寬冬粉	吐司	全麥吐司	廣東粥	白米	蛋花麵線湯	白麵線
		白菜		油蔥、肉絲	玉米濃湯	玉米粒		絞肉		蛋花
		香菇		小白菜		雞蛋		玉米粒		蔥花
		絞肉		豆芽菜		火腿		蔥花		高麗菜
		蔥段						雞蛋		
午 餐	白飯	白米	白飯	白米	素食炒麵	玉米筍	白飯	白米	香菇麻油雞飯	米
	馬鈴薯燉肉	豬肉	三杯雞	雞肉		香菇	洋蔥豬柳	洋蔥		麻油
		馬鈴薯		九層塔		高麗菜		豬柳		雞肉
	炒紅蘿蔔	紅蘿蔔、蔥段		薑		紅蘿蔔	炸百頁	百頁豆腐		紅棗、枸杞
	蜆仔湯	蜆仔	炒食蔬	綠色青菜		蔥段	炒食蔬	綠色青菜		香菇
		薑絲	日式蒸蛋	日式魚板		陽春麵條	黃豆芽湯	黃豆芽	滷蛋	雞蛋
	炒食蔬	炒綠色青菜		乾香菇	味噌豆腐海	乾海帶芽		排骨	柴魚豆腐湯	柴魚
	時令水果	時令水果	冬瓜薏仁排骨	冬瓜	帶湯	嫩豆腐	時令水果	時令水果		嫩豆腐
			湯	小薏仁		味噌			時令水果	時令水果
				排骨		豆薯				
午 點	湯餃	水餃	花生仁湯圓	小湯圓	關東煮	白蘿蔔	花枝米粉湯	花枝	紅棗桂圓茶	紅棗
		小白菜		花生仁		黑輪		紅蘿蔔		桂圓
		紅蘿蔔絲	時令水果	時令水果		油豆腐		高麗菜	餐包	蔥麵包
						小貢丸		米粉		
						高麗菜		木耳、芹菜末		

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 學年度第二學期 (113/04/29~113/05/03)

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	關東煮	白蘿蔔	冬菜冬粉	冬粉	牛奶	全脂奶粉	蔬菜湯麵	油麵	皮蛋瘦肉粥	皮蛋
		黑輪		冬菜	麥片	喜瑞爾麥片		肉絲		豬瘦肉
		魚板		高麗菜				黑木耳		白米
		甜不辣		紅蘿蔔絲				高麗菜		蔥花
		魚丸						韭菜段	吐司邊	吐司邊塊
								豆芽菜		
午 餐	白飯	白米	地瓜稀飯	白米	白飯	白米	肉羹飯	白米	番茄紅醬通心麵	通心麵
	紅燒獅子頭	洋蔥		地瓜	三杯杏苞菇	九層塔		赤肉羹	麵	番茄
		獅子頭	花生麵筋	花生		杏苞菇		香菇		洋蔥
		蔥花		麵筋		薑		筍絲		絞肉
	炒食蔬	綠色青菜	肉鬆	豬肉鬆		蒜頭		大白菜		番茄醬
	蔥明蛋	蔥花	炒食蔬	綠色青菜	炒食蔬	綠色青菜		蛋花		美式香腸
		雞蛋	時令水果	時令水果	紅燒豆腐	嫩豆腐		金針菇		羅勒
	金針肉絲湯	金針			皮絲當歸湯	皮絲.玉米	炒食蔬	綠色青菜	香菇雞湯	雞肉
		肉絲				中藥包	時令水果	時令水果		香菇
	時令水果	時令水果				紅白蘿蔔			時令水果	時令水果
午 點	雞蛋布丁	雞蛋	麵包	小餐包	山粉圓	山粉圓	鍋貼	鍋貼	茶葉蛋	雞蛋
		全脂奶粉	決明子枸杞養	決明子		冬瓜磚塊	豆漿	豆漿		茶葉
		布丁粉	目茶	枸杞	餅乾	夾心餅乾			玉米魚乾排骨	玉米
					時令水果	時令水果			湯	魚乾.香菜
										排骨

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