

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

113 學年度第一學期 (11 / 04 ~ 11 / 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	白吐司	什錦寬冬粉	寬冬粉	菜頭粿	菜頭粿	香菇雞肉粥	白飯	湯餃	熟水餃
	牛奶	全脂奶粉		油蔥		醬油		香菇		小白菜
				小白菜	味噌湯	白味噌		雞胸肉		紅蘿蔔絲
				紅蘿蔔絲		嫩豆腐		芹菜		黑木耳
				黑木耳		蔥花		紅蘿蔔丁		
午餐	米飯	白米	米飯	白米	什錦炒飯	白米	米飯	白米	什錦炒麵	肉絲. 木耳
	炒青菜	高麗菜	道口燒雞	雞肉		香菇	洋蔥炒蛋	洋蔥		洋蔥 油麵
	紅燒豆腐	嫩豆腐		調味料		青豆仁		雞蛋		蘿蔔絲
	肉燥	豬絞肉		蔥段		玉米粒	滷白菜	大白菜	冬瓜薏仁湯	冬瓜
		油蔥	炒青菜	青江菜		紅蘿蔔丁		香菇		小薏仁
	排骨菱角湯	菱角	蒸蛋	雞蛋	紫菜湯	雞蛋		紅蘿蔔絲		薑絲
		排骨		香菇		紫菜		蔥段	時令水果	時令水果
		香菜	金針肉絲湯	金針	時令水果	時令水果	炸豬排	里肌肉		
	時令水果	時令水果		肉絲			蛤蜊湯	蛤蜊		
			時令水果	時令水果				薑絲		
							時令水果	時令水果		
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	關東煮	白蘿蔔	桂圓紅棗茶	桂圓
		地瓜		全脂牛奶		雞蛋		黑輪		紅棗
						小白菜		玉米		枸杞
						黑木耳		三角油豆腐	麵包	波蘿麵包
								小貢丸		

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

113 學年度第一學期 (11 / 11 ~ 11 / 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	麵疙瘩	油麵	牛奶	全脂牛奶	白煮蛋	雞蛋	麻油蛋蛋麵	麻油	蔬菜米苔目	米苔目
		洋蔥	饅頭	小饅頭	蔬菜湯	高麗菜	線	雞蛋		小白菜
		蔥段				紅蘿蔔		白麵線		豆芽菜
		小白菜				洋蔥		薑片		芹菜
		肉燥								肉絲
		豆芽菜								
午 餐	米飯	白米	竹筍香菇鹹	竹筍	什錦炒龍麵	烏龍麵	米飯	白米	香菇肉羹飯	白飯
	豆干炒小魚乾	小豆干	肉粥	香菇		肉絲	沙茶塔香炒	沙茶醬		香菇
		小魚乾		肉末		鮮香菇	海茸	九層塔		雞蛋
	炒青菜	高麗菜		油蔥酥		高麗菜		海茸		筍絲
	糖醋小炸蛋	鳥蛋		白米		洋蔥		洋蔥		後腿肉
		調味料		芹菜		紅蘿蔔	白菜炒肉絲	白菜		木耳
	肉骨茶湯	肉骨茶	蔥蛋	蔥花		青蔥		豬肉絲		魚漿
	時令水果	時令水果		雞蛋		綠花椰菜	玉米炒蛋	玉米粒		傳統豆腐
			時令水果	時令水果	海帶豆腐味噌	海帶.豆腐		雞蛋	時令水果	時令水果
					湯	白味噌.洋蔥	時令水果	時令水果		
午 點	山粉圓	山粉圓	鍋貼	鍋貼	燒仙草	仙草乾	銀耳南瓜甜	白木耳	麵包	奶酥麵包
	餅乾	核桃酥	番茄豆腐湯	番茄		紅豆	湯	南瓜	養目茶	決明子
				嫩豆腐		大豆		冰糖		枸杞
						地瓜圓				
						粉圓				

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

113 學年度第一學期 (11 / 18 ~ 11 / 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	家常湯板條	客家板條	廣東粥	白飯	牛奶	全脂牛奶	擔仔麵	油麵	蔬菜餛飩湯	餛飩
		芹菜		肉絲	脆片	喜瑞爾香		洋蔥		小白菜
		雞蛋		蔥花		甜玉米片		蔥段		黑木耳
		豬絞肉		雞蛋				小白菜		高麗菜
				玉米粒				肉燥		雞蛋
								豆芽菜		香菇
午 餐	米飯	白米	義大利麵	麵條	皮蛋瘦肉粥	皮蛋	米飯	白米	豬梅花菇菇咖	豬梅花肉
	梅子雞	梅子		洋蔥		白米	炸豬排	里肌肉片	哩飯	洋蔥
		雞肉		絞肉		肉絲	醬燒豆腐	嫩豆腐		禧鴻菇
	香菇蒸蛋	雞蛋		紅蘿蔔		油條		蔥		咖哩塊
		香菇		綠花椰菜		蔥花	炒青菜	A 菜		白飯
	炒青菜	青花菜		馬鈴薯	滷海帶.豆干	海帶	蜆仔湯	蜆仔		紅蘿蔔
	四神湯	四神湯料理包	南瓜濃湯	南瓜		豆干		蒜頭.薑絲		馬鈴薯
		排骨	烤雞	雞肉	時令水果	時令水果	時令水果		白蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔
		蓮子.當歸	時令水果	時令水果						魚丸
	時令水果	時令水果								芹菜
									時令水果	時令水果
午 點	螞蟻上樹	冬粉	蓮子白木耳湯	蓮子	蛋糕	蜂蜜蛋糕	紅豆紫米	紅豆	鯖魚米粉	米粉
		絞肉.青蔥		白木耳	麥茶	麥茶		紫米		紅蔥頭
		高麗菜		冰糖		冰糖				茄子鯖魚罐
		醬油.香菇								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

113 學年度第一學期 (11 / 25 ~ 11 / 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	鍋燒雞絲麵	雞絲麵	青菜豆腐湯	嫩豆腐	越南河粉	雞胸肉	蘿蔔糕	蘿蔔糕	白煮蛋	雞蛋
		竹輪		小白菜		豆芽		高湯	紫菜湯	紫菜
		蔥花	肉包			洋蔥		香菇		蔥段
		小白菜				河粉		綠色青菜		綠色青菜
		沙茶醬				青江菜		肉絲		
午 餐	白飯	白米	白飯	白米	麻油雞飯	麻油	白飯	白米	炸醬麵	豬絞肉
	炒青菜	菠菜	炒青菜	油菜		白飯	炒青菜	大白菜		小豆干
	瓜子肉	絞肉	洋蔥炒雞柳	洋蔥		雞肉	韭菜炒蛋	韭菜		洋蔥
		脆瓜		雞柳		香菇		雞蛋		甜麵醬
	三色蛋	雞蛋 鹹蛋	紅燒豆腐	嫩豆腐		薑片	豆鼓蒸里肌	豆鼓醬		豆瓣醬
		皮蛋		蔥段		蔥花		里肌肉		小白菜
	洋蔥濃湯	洋蔥		醬油	湯青菜	地瓜葉	芹菜貢丸湯	芹菜		麵條
		白蘿蔔塊	大黃瓜排骨湯	排骨		肉燥.香油		貢丸	紫菜蛋花湯	紫菜
		紅蘿蔔塊		大黃瓜	魚丸湯	小魚丸	時令水果	時令水果		雞蛋
		蒜頭	時令水果	時令水果		芹菜 香菜			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	牛奶花生小湯圓	牛奶	蜂蜜山粉圓	山粉圓	關東煮	白蘿蔔	清香綠粥	白米	饅頭	黑糖饅頭
		花生		蜂蜜		魚板.黑輪		青豆仁	豆漿	豆漿
		小湯圓	餅乾	手工餅乾		油豆腐.魚餃		肉絲		
						白菜.紅蘿蔔		紅蘿蔔		
								玉米粒		

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

