

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

114 學年度第一學期 (9/1~9/5)

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	油豆腐粉絲湯	油豆腐	肉燥米苔目	肉燥	牛奶	全脂牛奶	客家湯板條	板條	清香綠粥	白飯
		粉絲		米苔目	吐司	白吐司		紅蔥酥		玉米粒
				韭菜段				小白菜		紅蘿蔔丁
午餐	白飯	米	白飯	米	什錦炒飯	白飯	白飯	米	什錦炒麵	油麵
	奶油玉米	奶油	炒青菜	小白菜		雞蛋	炒馬鈴薯絲	馬鈴薯		洋蔥
		玉米	涼拌海帶絲	海帶絲		蔥花	炒青菜	蚵白菜		黑木耳
	炒青菜	青江菜	馬鈴薯燒雞	馬鈴薯		玉米粒	醬燒肉片	豬肉片		肉絲
	咕咾肉	肌柳條		燒雞	蔬菜湯	番茄		日式燒肉醬		紅蘿蔔絲
		洋蔥	金針肉絲湯	金針		高麗菜	酸菜結片湯	酸菜結	姑姑湯	金針菇
		馬鈴薯		豬肉絲		洋蔥		薑絲		香菇
	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果		袖珍菇
		排骨							時令水果	時令水果
		芹菜少許								
午點	牛奶燕麥粥	全脂牛奶	豆漿	豆漿	茶葉蛋	雞蛋	檸檬愛玉	愛玉	玉米濃湯	玉米粒
		燕麥	沙其瑪	沙其瑪		茶葉		山粉圓		紅蘿蔔丁
					養生茶	枸杞		檸檬汁		雞蛋
						甘草			銀絲卷	銀絲卷
						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
114 學年度第一學期 (9/8~9/12)

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	桂冠雲吞	雲吞	蔬菜貓兒朵	貓兒朵	菜頭粿	黑木耳	饅頭	小饅頭	擔仔麵	油麵
		油蔥		小白菜		小白菜	牛奶	全脂牛奶		綠豆芽
		芹菜株		紅蘿蔔絲		紅蘿蔔絲				油蔥頭
				肉絲		油蔥				肉燥
										韭菜
午 餐	白飯	米	高麗菜炒冬粉	高麗菜	白飯	米	咖哩雞肉飯	白飯	當歸鴨麵線	當歸
	沙茶炒大白菜	沙茶醬		冬粉	時令青菜	時令青菜		雞肉		麵線
		大白菜		豬肉絲	三杯素腸	九層塔		紅蘿蔔丁		鴨肉
	香菇肉燥	香菇		黑木耳		素腸		馬鈴薯丁	時令水果	時令水果
		絞肉	滷蛋	雞蛋		薑片		洋蔥		
	小魚乾炒花生	小魚乾	香菇雞湯	薑片	紅燒豆腐	豆腐		咖哩塊		
		花生粒		香菇		蔥段	味噌豆腐湯	白味噌		
	筍片貢丸湯	竹筍		雞肉	髮菜湯	髮菜		豆腐		
		貢丸	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	湯餃	小白菜	雞蛋布丁	牛奶	什錦米粉 湯	紅蘿蔔	小餐包	小餐包
		桂圓		熟水餃		雞蛋		青江菜	麥茶	大麥
	餅乾	餅乾		芹菜株		細砂糖		米粉		
				油蔥酥適量				芹菜.蔥花		
								香菇		

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
114 學年度第一學期 (9 / 15 ~ 9 / 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	水餃	熟水餃	蔬菜雞絲蛋麵	雞絲麵	魷仔魚蔬菜粥	吻仔魚	鼎邊銼	米糊	黑輪湯	黑輪
	味噌豆腐湯	白味噌		蛋		白米		柴魚片.香菇		白蘿蔔
		豆腐		青江菜		玉米粒		紅蘿蔔絲		魚丸
				玉米粒		紅蘿蔔丁		蝦米.金針花		紅蘿蔔
				紅蘿蔔丁		高麗菜		芹菜末		芹菜
							時令水果	時令水果		
午餐	三色炒蛋	黑木耳	豬肉咖哩飯	豬肉 洋蔥	米飯	白米	米飯	白米	皮蛋瘦肉粥	白飯
		紅蘿蔔絲		馬鈴薯		紅燒豆腐		糖醋丸子		皮蛋
		馬鈴薯絲		紅蘿蔔		蛋豆腐		鳳梨.洋蔥		油條
		蛋	米飯	白米	香菇素燥	香菇		紅蘿蔔塊		蔥花
	燉東坡肉	五花肉		洋蔥		素肉燥	炒青菜	空心菜		紅蘿蔔絲
	香菇雞湯	香菇	冬瓜貢丸湯	冬瓜	炒青菜	高麗菜	芹菜炒豆 干	芹菜		油條
		雞腿肉		貢丸		養生菇菇湯		豆干		
	炒青菜	高麗菜	時令水果	香蕉		菇類	結頭菜湯	結頭菜	時令水果	時令水果
	米飯	白米			米飯	白米		肉絲		
	時令水果	時令水果			時令水果	時令水果		薑絲		
午點	八寶粥	紅豆 麥片	養生茶	枸杞	肉燥米粉	油蔥	牛奶燕麥	全脂牛奶	綜合 QQ 圓	地瓜圓
		薏仁 綠豆		決明子		韭菜		燕麥片		粉圓
		花豆 花生		菊花		新竹米粉				芋圓
		地瓜	吐司	葡萄吐司		肉絲				
		桂圓				蔥花				

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 (9/22~ 9/26)

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	牛奶	牛奶	客家湯飯條	手工飯條	紫菜湯	紫菜	雞肉粥	雞胸肉絞肉	豆漿	豆漿
	喜瑞爾	喜瑞爾		紅蘿蔔	饅頭	銀絲卷		紅蘿蔔丁	白煮蛋	雞蛋
				乾香菇				高麗菜		
				青蔥				碗豆		
				豬肉末						
午 餐	米飯	白米	米飯	白米	麻醬麵	小白菜	白飯	白米	什錦素炒飯	白飯
	炸雞塊	雞肉	洋蔥炒雞柳	洋蔥		紅蔥頭	蔥花炒蛋	蔥花		綠花椰菜
	炒青菜	時令青菜		雞柳		豬絞肉		雞蛋		素火腿
	番茄炒蛋	番茄	炒青菜	青江菜		青蔥	紅蘿蔔燉肉	紅白蘿蔔		黑木耳
		蛋 薑絲	紅燒豆腐	嫩豆腐		紅蘿蔔		五花肉		高麗菜
	髮菜湯	髮菜		蔥段		小黃瓜	炒青菜	蚵白菜		香菇
		香菇	黃瓜魚丸湯	大黃瓜		芝麻醬	海帶魚丸湯	海帶結		豆芽菜
		紅蘿蔔絲		魚丸	豆腐湯	豆腐.味噌		魚丸	絲瓜湯	絲瓜
		黑木耳	時令水果	時令水果		小白菜	時令水果	時令水果		薑片
		金針菇			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	關東煮	白紅蘿蔔	燒仙草	燒仙草	湯餃	熟水餃	台南擔仔麵	油麵	養生茶	枸杞
		魚餃		脆圓		芹菜		綠豆芽		決明子
		甜不辣		小湯圓				油蔥頭		菊花
		魚丸						肉燥	蛋糕	蜂蜜蛋糕
								韭菜		

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
114 學年度第一學期 (9 / 30~ 10 / 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	菜名	內容	內容	菜名	內容
早 點			菜名	內容	五彩 豆腐羹	嫩豆腐	酸辣湯餃	水餃	香菇雞肉 粥	香菇
			雞絲蛋麵	雞絲麵		紅蘿蔔		黑木耳		雞胸肉
				雞蛋		玉米		紅蘿蔔絲		白粥
				豆芽菜		青豆仁		板豆腐		綠色青菜
				小白菜		黑木耳		金針菇		紅蘿蔔丁
					饅頭	小饅頭		蛋		
午 餐	教師節補假一天		米飯	芹菜	米飯	白米	米飯	白米	香菇肉羹 麵	香菇
			西芹黑輪	黑輪	三杯菇菇	九層塔	三杯雞	九層塔		筍絲
			白米	火腿		杏鮑菇		土雞肉		木耳
			火腿蒸蛋	雞蛋	麻婆豆腐	嫩豆腐		蒜頭		大白菜
			炒青菜	小白菜		豆瓣醬		薑片		油麵
			榨菜肉絲 湯	蔥段		素肉末	炒青菜	青花菜		肉羹
				豬肉絲	炒青菜	A 菜	日式蒸蛋	魚板	滷味	滷海帶.三角豆腐
				榨菜	結頭菜湯	結頭菜		蛋 .香菇	時令水果	時令水果
						薑	紫菜湯	紫菜.蔥段		
			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			紫米 西米露	西谷米	薏仁湯	薏仁	蔬菜粥	白米	牛奶花生 湯	牛奶
				椰漿粉		蓮子		綠花椰菜		花生
				全脂奶粉		白木耳. 枸杞		紅蘿蔔丁	餅乾	蔬菜餅乾
				紫米				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

