

雲林縣私立永年高級中學 100 年 11 月 01 日~11 月 7 日菜單

日 期	早 餐	午 餐	甜點	晚 餐	備 註 欄
11 月 1 日 (二)	肉包饅頭+奶茶	滷雞腿、炸黃金南瓜 棗、炒荊瓜+珍珠魚 丸、炒青菜、竹筍碰皮 湯	水果	豬肉+鳥蛋、炸起司雞 柳、螞蟻上樹、炒青 菜、肉羹湯	
11 月 2 日 (三)	海鮮粥+肉鬆	滷絞肉+小貢丸、生炸 雞翅、西洋芹炒豆乾、 炒青菜、冬瓜肉絲湯	水果	瓜仔雞、花菜炒豆 皮、炒花生丁香魚 乾、炒青菜、小白菜 豆腐湯	
11 月 3 日 (四)	肉羹麵	咖哩豬肉丁、炸山藥 捲、炒海帶根+肉絲、 炒青菜、香菇雞湯	水果	滷排骨+筍乾、蒸珍 珠丸、培根炒高麗 菜、炒青菜、豬血湯	
11 月 4 日 (五)	三明治+奶茶	(地瓜飯) 三杯油豆腐+袖珍菇、 鹹蒸蝦、蒸蛋、炒青菜	紅豆+ 芋圓	糖醋吳郭魚、水青花 菜燴小花枝丸、炒青 菜、刺瓜小魚丸湯	
11 月 5 日 (六)	雞絲麵	瓜仔雞丁、魯小條+海 帶根、滷大白菜、炒青 菜、菜頭綜合湯	水果	蔥燒雞、高麗菜炒豆 皮、滷肉+香菇、炒青 菜、紫菜蛋花湯	
11 月 6 日 (日)假日 自修	麵包+紅茶	豬肉+豆輪、炸蝦捲、 洋蔥炒蛋、炒青菜、冬 菜鴨肉冬粉湯	果汁	滷雞排、香腸、紅燒 豆腐、炒青菜、雲吞 小白菜湯	
11 月 7 日 (一)	水餃，蛋花湯	魯香菇雞、炸雞塊、螞 蟻上樹、炒青菜、梅乾 排骨湯		黑胡椒豬肉丁、香酥 豆腐、芹菜炒肉片、 炒青菜、玉米濃湯	

雲林縣私立永年高級中學 100 年 11 月 8 日~11 月 16 日菜單

日 期	早 餐	午 餐	甜點	晚 餐	備 註 欄
11 月 8 日 (二)	火腿蛋炒飯+ 豆腐湯	柳葉魚、咖哩雞丁、紅 蘿蔔炒蛋、炒青菜、鹹 菜鴨肉湯	水果	瓜子絞肉、炸芋丸、 魯大白菜、炒青菜、 荊瓜魚丸湯	
12 月 9 日 (三)	肉燥麵+金針 肉絲湯	蔥燒雞、玉米炒豆乾、 鐵板豆腐、炒青菜 翡翠羹	水果	滷豬肉+豆輪、炸雞 塊、蕃茄炒蛋、炒青 菜、竹筍肉絲湯	
11 月 10 日 (四)	稀飯+肉鬆+ 花生麵筋+豆 棗+炒蛋	烤雞、黃豆滷肉、絲瓜 炒豆皮、炒青菜 海帶根排骨湯	水果	宮保雞丁、關冬煮、 紅燒豆腐、炒青菜、 冬瓜肉絲湯	
11 月 11 日 (五)	三明治+豆漿	蒸魚、滷豆乾、小豆角 木耳竹筍素羹、炒青菜	綠豆 粉圓		
11 月 14 日 (一)	餡餅、紫菜蛋 花湯	紅燒豬肉、西洋芹炒黑 輪、黃金蛋、炒青菜、 當歸鴨麵線		滷排骨+豆輪、炸柳 葉魚、魯味、炒青 菜、空心菜小魚乾湯	
11 月 15 日 (二)	皮蛋瘦肉粥+ 肉鬆	脆皮烤鴨、花菜炒肉 絲、紅蘿蔔炒蛋、炒青 菜、菜頭貢丸湯	水果	冬瓜排骨酥、炸蝦仁 捲、紅燒豆腐、炒青 菜、刺瓜魚丸湯	
11 月 16 日 (三)	拉麵 (梅花片+珍珠 虱目魚丸+小 白菜+肉絲)	滷豬腳+花生、炸地瓜 薯條、絲瓜炒豆皮、炒 青菜、肉羹湯	水果	滷絞肉+麵筋、炸雞 翅青花菜炒肉片、炒 青菜、豬血湯	

雲林縣私立永年高級中學 100 年 11 月 17 日~11 月 23 日菜單

日 期	早 餐	午 餐	甜點	晚 餐	備 註 欄
11 月 17 日 (四)	玉米蛋炒飯+ 金針湯	紅燒雞丁、炸春捲、紅 燒豆腐、炒青菜、 玉米排骨湯	水果	滷蛋、滷肉+豆枝、炸 花枝丸、炒青菜、 芹菜雪魚丸湯	
11 月 18 日 (五)	麵包+紅茶	炸海鮮捲、蝦仁三色丁 炒蛋、水筍燴魚丸、炒 青菜、	紅豆 地瓜 圓湯	蒸魚、滷油豆腐+鳥 蛋、炸蝦排、炒青菜、 杏菜吻仔魚湯	
11 月 19 日 (六)段考 自修	鐵板麵(黑胡 椒洋蔥)	梅干扣肉、炸小熱狗 韭菜花炒黑輪、炒青菜 玉米濃湯	水果	紅燒排骨+白蘿蔔+ 紅蘿蔔、炸花枝排、 紅燒豆腐、炒青菜、 冬瓜肉絲湯	
11 月 21 日 (日)段考 自修	三明治、奶茶	絞肉+小貢丸、螞蟻上 樹、香酥薯條、炒青 菜、小白菜餛飩湯	果汁	滷豬肉+豆輪、炸雞 翅、洋蔥炒蛋、炒青 菜、梅乾肉片湯	
11 月 21 日 (一)段考	鍋貼、紫菜蛋 花湯	黑胡椒豬肉丁、雞塊、 蒸蛋、炒青菜、 杏菜吻仔魚湯		魯肉飯、蜜汁豬排、 炒海帶根+肉絲、炒青 菜、芹菜貢丸湯	
11 月 22 日 (二)段考	義大利麵	滷雞腿排、炸柳葉魚、 紅燒豆腐、炒青菜、 什錦菜湯	水果	瓜仔雞丁、炸花枝丸 高麗菜炒培根、炒青 菜、空心菜+小魚乾 湯	
11 月 23 日 (三)	白土司+草 莓、巧克力果 醬、牛奶	紅燒牛肉、炸春捲、玉 米炒蛋、炒青菜、青菜 豆腐湯	水果	絞肉+豆枝、白切肉、 炸地瓜薯條、炒青 菜、海帶根肉絲湯	

雲林縣私立永年高級中學 100 年 11 月 24 日~11 月 30 日菜單

日 期	早 餐	午 餐	甜點	晚 餐	備 註 欄
11 月 24 日 (四)	肉燥麵+蛋花湯	絞肉+烏蛋、炸雞翅、 三色丁炒豆乾、 炒青菜、刺瓜魚丸湯	水果	排骨魯豆輪、香酥雞塊、紅蘿蔔炒蛋、炒青菜、菜頭碰皮湯	
11 月 25 日 (五)	鮭魚三明治+紅茶	炸魚、炒花枝庚、三杯油豆腐+袖珍菇、炒青菜	綠豆薏仁		
11 月 28 日 (一)	水餃，蛋花湯	宮保雞丁、黃金蛋、紅燒豆腐、炒青菜、肉羹湯		魯豬肉丁+油豆腐、炸小熱狗、花生+小魚乾、炒青菜、荊瓜+魚丸湯	
11 月 29 日 (二)	火腿蛋炒飯+榨菜肉絲湯	黑豆魯排骨、炸紅豆黃金棗、玉米炒蛋炒青菜、酸辣湯	水果	咖哩豬肉、炸雞翅、魯味、炒青菜、梅乾肉片湯	
11 月 30 日 (三)	肉羹麵	滷豬腳+筍乾、玉米燴肉羹、香酥春捲、炒青菜、竹筍貢丸湯	水果	紅燒豬肉+白蘿蔔+紅蘿蔔、客家小炒、胡瓜燴碰皮木耳、炒青菜、鹹菜金針肉絲湯	

製表:

主任:

校長: