

# 雲林縣私立永年高級中學 101 年 12 月 01 日~12 月 7 日菜單

| 日 期                 | 早 餐                    | 午 餐                                    | 甜點       | 晚 餐                                | 備 註 |
|---------------------|------------------------|----------------------------------------|----------|------------------------------------|-----|
| 12 月 1 日(六)         | 油飯+小白菜<br>蛋花湯          | 豬肉丁魯豆輪、蒸蛋、<br>大白菜炒豆皮、炒青<br>菜、肉羹湯       | 水果       | 炸排骨飯、滷肉、酸<br>菜、炒青菜、冬瓜肉<br>絲湯       |     |
| 12 月 2 日(日)<br>假日自修 | 麵包、光泉<br>牛奶            | 香菇魯雞丁、炸香腸、<br>炒海帶根、炒青菜、菜<br>頭貢丸片湯      | 水果       | 紅燒豬肉丁、菜酥、<br>培根炒高麗菜、炒青<br>菜、芹菜雪魚丸湯 |     |
| 12 月 3 日(一)         | 雞絲麵                    | 鴨肉魯筍片、鹹蛋、炒<br>茼瓜+珍珠魚丸、炒青<br>菜，冬瓜排骨酥湯   |          | 滷肉丁+烏蛋、地瓜薯<br>條、螞蟻上樹、炒青<br>菜、肉羹湯   |     |
| 12 月 4 日(二)         | 大亨堡+紅茶                 | 咖哩肉丁、柳葉魚、涼<br>拌三絲、炒青菜、金針<br>香菇雞湯       | 水果       | 瓜仔肉、炸雞翅<br>香炒海龍、炒青菜、<br>小白菜豆腐湯     |     |
| 12 月 5 日(三)         | 肉羹麵                    | 魯雞排、黃豆滷肉燥、<br>蕃茄炒蛋、炒青菜、山<br>藥排骨薏仁湯     | 水果       | 排骨酥蒸芋頭、春<br>捲、培根炒高麗菜、<br>炒青菜、豬血湯   |     |
| 12 月 6 日(四)         | 玉米火腿蛋<br>炒飯+炸菜肉<br>絲湯  | 冬瓜魯豬肉、關冬煮、<br>胡椒餅、炒青菜、什錦<br>菜湯         | 水果       | 滷雞丁、香酥雞塊、<br>紅蘿蔔炒蛋、炒青<br>菜、菜頭油豆腐湯  |     |
| 12 月 7 日(五)         | 土司+巧克<br>力醬+草莓<br>醬+奶茶 | (地瓜飯)<br>素雪魚排、素香瓜仔肉<br>燥、蟹肉絲蒸蛋、炒青<br>菜 | 紅豆<br>湯圓 |                                    |     |

# 雲林縣私立永年高級中學 101 年 12 月 10 日~12 月 17 日菜單

| 日 期                       | 早 餐         | 午 餐                                   | 甜點    | 晚 餐                            | 備 註 |
|---------------------------|-------------|---------------------------------------|-------|--------------------------------|-----|
| 12 月 10 日<br>(一)          | 水餃，金針肉絲湯    | 豬肉丁滷油豆腐、蒸珍珠丸、蘿蔔乾炒蛋、炒青菜、玉米排骨湯          |       | 滷排骨+豆輪、大熱狗、花菜+蝦皮、炒青菜、什錦火鍋湯     |     |
| 12 月 11(二)                | 皮蛋玉米肉絲粥+肉鬆  | 宮保雞丁、黃豆滷肉、高麗菜炒培根、炒青菜菜頭貢丸湯             | 水果    | 紅燒鴨肉+白蘿蔔+紅蘿蔔、芋丸、麻婆豆腐、炒青菜、冬瓜肉絲湯 |     |
| 12 月 12 日<br>(三)          | 鐵板麵(黑胡椒洋蔥)  | 滷豬腳腱肉+花生、香腸、花菜炒蝦皮、炒青菜、鹹菜鴨肉湯           | 水果    | 魯雞丁+香菇、客家小炒、高麗菜炒豆皮、炒青菜、刺瓜魚丸湯   |     |
| 12 月 13 日<br>(四)          | 香腸蛋炒飯+味增豆腐湯 | 烤鴨、滷肉+豆乾、紅蘿蔔炒蛋、炒青菜、蕃茄豆腐湯              | 水果    | 炸雞翅、滷肉+豆支、熱狗、炒青菜、炸菜肉絲湯         |     |
| 12 月 14 日<br>(五)          | 大肉包、饅頭+豆漿   | (地瓜飯)<br>鹹蒸蝦、瓜仔素肉燥、香酥薯條、炒青菜           | 珍珠綠豆湯 |                                |     |
| 12 月 15 日<br>(六) 自然學藝競試便當 |             | 無骨香雞排、油豆腐滷肉、香腸、滷蛋、炒青菜、高麗菜炒木耳豆皮、豆鼓辣蘿蔔乾 | 橘子    |                                |     |
| 12 月 17 日<br>(一)          | 鍋貼+蛋花湯      | 豬肉丁+筍乾、西洋芹炒豆乾、炸鮮枝捲、炒青菜、冬菜鴨肉冬粉湯        |       | 滷雞丁+香菇、炸鹹魚、洋蔥炒蛋、炒青菜、玉米濃湯       |     |

# 雲林縣私立永年高級中學 101 年 12 月 18 日~12 月 24 日菜單

| 日 期                             | 早 餐                      | 午 餐                                    | 甜點      | 晚 餐                                      | 備 註 |
|---------------------------------|--------------------------|----------------------------------------|---------|------------------------------------------|-----|
| 12 月 18 日<br>(二)                | 稀飯+肉鬆+<br>花生麵筋+<br>豆漿+炒蛋 | 瓜子絞肉、炸雞翅、韭<br>菜花炒黑輪丁、炒青<br>菜、酸辣湯       | 水果      | 紅燒豬肉、炸香腸、<br>麵腸炒鹹菜筍乾、炒<br>青菜、大頭菜肉絲湯      |     |
| 12 月 19 日<br>(三)                | 肉羹麵                      | 咖哩雞丁、炸菜炒三<br>絲、高麗菜炒豆皮、炒<br>青菜、雲吞小白菜湯   | 水果      | 排骨酥+南瓜、炸蝦<br>仁捲、海帶根炒肉<br>絲、炒青菜、刺瓜魚<br>丸湯 |     |
| 12 月 20 日<br>(四)                | 香炒烏龍麵<br>+蛋花湯            | 三杯雞+米血、春捲、<br>蒸蛋、炒青菜、四神湯               | 水果      | 刈包、香魯五花肉、酸<br>菜、肉鬆、肉羹麵線                  |     |
| 12 月 21 日<br>(五)才藝競試            | 漢堡夾蛋+紅<br>茶              | (地瓜飯)<br>柳葉魚、尤魚庚、紅蘿<br>蔔炒蛋、炒青菜、        | 燒仙<br>草 | 素雪排、香菇豆腐、<br>炸薯條、炒青菜、翡<br>翠羹             |     |
| 12 月 22 日<br>(六)運動會捕<br>31 號(一) | 三明治、奶<br>茶               | 鹹酥雞+米血、黃豆滷<br>肉、杏菜燴白吻魚、炒<br>青菜、海帶根中骨湯  | 水果      | 滷豬肉、小熱狗、洋<br>蔥炒蛋、炒青菜、梅<br>乾肉片湯           |     |
| 12 月 23 日<br>(日)假日自修            | 麵包、牛奶                    | 魯鴨肉、螞蟻上樹、香<br>酥薯條、炒青菜、刺瓜<br>魚丸湯        | 水果      | 香酥雞排、滷肉+豆<br>枝、關冬煮、炒青菜、<br>豬血湯           |     |
| 12 月 24 日<br>(一)                | 蘿蔔糕+豆腐<br>湯              | 黑胡椒豬肉丁、大白菜<br>炒蝦皮、蕃茄炒蛋、炒<br>青菜、山藥排骨薏仁湯 |         | 宮保雞丁、三角薯<br>餅、炒海帶根+豆乾、<br>炒青菜、韭菜花蛋花<br>湯 |     |

# 雲林縣私立永年高級中學 101 年 12 月 25 日~12 月 28 日菜單

| 日 期              | 早 餐       | 午 餐                             | 甜點   | 晚 餐                         | 備 註 |
|------------------|-----------|---------------------------------|------|-----------------------------|-----|
| 12 月 25 日<br>(二) | 肉燥麵+金針肉絲湯 | 紅燒豬肉、滷小條+海帶結、香腸、炒青菜、青菜豆腐湯       | 水果   | 白切肉、絞肉+豆枝、香酥雞塊、炒青菜、冬瓜肉絲湯    |     |
| 12 月 26 日<br>(三) | 油飯+小白菜蛋花湯 | 瓜仔雞丁、花菜炒蝦皮、花生小魚乾+豆乾、炒青菜、大頭菜小貢丸湯 | 水果   | 魯鴨肉+米血、花枝丸、豆包+香菇、炒青菜、雲吞小白菜湯 |     |
| 12 月 27 日<br>(四) | 義大利麵      | 滷雞腿排、春捲、紅燒豆腐、炒青菜、肉羹湯            | 水果   | 滷肉飯、香酥排骨、洋蔥燴肉絲、炒青菜、菜頭碰皮湯    |     |
| 12 月 28 日<br>(五) | 壽司+紅茶     | (地瓜飯)<br>三杯油豆腐+秀珍菇、三角薯餅、蒸蛋、炒青菜  | 綠豆意仁 |                             |     |
|                  |           |                                 |      |                             |     |

製表:

主任:

校長: