

雲林縣私立永年高級中學 102 年 3 月 1 日~3 月 7 日菜單

日 期	早 餐	午 餐	甜點	晚 餐	備 註 欄
3 月 1 日 (五)	麵包+牛奶	(地瓜飯) 四角薯餅、尤魚羹、滷 豆乾、炒青菜	紅豆+ 湯圓	糖醋魚、花菜炒蝦皮、 炒青菜、洋蔥炒蛋、刺 瓜小魚丸湯	
3 月 2 日 (六)	火腿蛋炒飯+ 豆腐湯	蔥燒雞、炸芋丸、青花 菜炒豆皮、炒青菜、什 錦菜湯	水果		
3 月 4 日 (一)	水餃+蛋花 湯	烤鴨、香炒三絲、蕃茄 炒蛋、炒青菜、冬瓜肉 絲湯		炸豬排、鹹菜炒木耳、 高麗菜炒培根、炒青 菜、山藥排骨湯	
3 月 5 日 (二)	鐵板麵(黑胡 椒洋蔥)	滷肉+黃豆、炸菲力雞 排、螞蟻上樹、炒青菜、 菜頭+碰皮湯+香菜	水果	魯雞排、加哩肉丁、芹 菜炒黑輪丁、炒青菜、 玉米濃湯	
3 月 6 日 (三)	海鮮粥 (蟹肉棒+ 花枝丸+肉 絲)	瓜仔雞丁、薯條、大白 菜炒木耳絲、炒青菜、 酸辣湯	水果	炸雞翅、滷蛋、滷肉+ 香菇、炒青菜、味曾紫 菜豆腐湯	
3 月 7 日 (四)	肉羹麵	豬排骨+筍乾、炸香腸、 香炒海龍、炒青菜、香 菇雞湯	水果	滷豬肉+豆輪、炸柳葉 魚、培根炒高麗菜、炒 青菜、豬血湯	

雲林縣私立永年高級中學 102 年 3 月 8 日~3 月 14 日菜單

日期	早餐	午餐	甜點	晚餐	備註欄
3 月 8 日(五)	飯糰+豆漿	(地瓜飯) 炸魚、尤魚庚、三杯油豆腐+袖珍菇、炒青菜	綠豆意仁	素瓜仔肉、鹹魚、玉米火腿丁炒蛋、炒青菜、大頭菜魚丸湯	
3 月 9 日(六)假日 自修	雞絲麵 (梅花片+珍珠虱目魚丸+小白菜+肉絲+蛋)	滷雞翅、西洋芹炒黑輪丁、洋蔥炒蛋、炒青菜、什錦菜湯	水果		
3 月 11 日(一)	水餃、紫菜蛋花湯	滷絞肉+豆支、四角薯餅、滷蛋、炒青菜、當歸鴨麵線		滷瓜仔雞丁、花枝丸、高麗菜炒豆皮、炒青菜、玉米濃湯	
3 月 12 日(二)	香炒烏龍麵+金針肉絲湯	三杯雞丁、黃金南瓜棗、紅燒豆腐、炒青菜、山藥意仁排骨湯	水果	鴨肉滷筍片、炸雞塊、炒三絲、炒青菜、茼菜花蛋湯	
3 月 13 日(三)	義大利麵	排骨魯豆輪、香酥薯條、白花菜炒蝦皮、炒青菜、四神湯	水果	梅干扣肉、炸地瓜球、紅蘿蔔炒蛋、炒青菜、菜頭+黑輪湯	
3 月 14 日(四)	火腿蛋炒飯+豆腐湯	滷肉+烏蛋、鹹酥雞+米血、紅燒豆腐、炒青菜、肉羹湯	水果	魯豬肉丁+豆支、炸小熱狗(2)、滷蛋、炒青菜、荊瓜+魚丸湯	

雲林縣私立永年高級中學 102 年 3 月 15 日~3 月 25 日菜單

日期	早餐	午餐	甜點	晚餐	備註欄
3 月 15 日 (五)	雞塊三明治 +鮮奶茶	(地瓜飯) 鐵板豆腐、鹹蒸蝦、蒸蛋、炒青菜	紅豆 +芋圓	筍干滷素肉、香酥油豆腐、菜酥、炒青菜、翡翠羹	
3 月 18 日 (一)	水餃，蛋花湯	宮保雞丁、蒸蛋、韭菜花炒豆乾、炒青菜、菜頭魚丸湯		白切肉、雞塊、滷味、炒青菜、肉羹湯	
3 月 19 日 (二)	皮蛋玉米肉絲粥+肉鬆	黑胡椒豬肉丁、香腸、西洋芹炒黑輪片、炒青菜、四神湯	水果	魯肉飯、炸豬排、刺瓜雜燴、炒青菜、菜頭貢丸湯	
3 月 20 日 (三)	肉羹麵	加哩豬肉、春捲、蝦米魯白菜、炒青菜、小白菜餛飩湯	水果	蔥燒雞、滷絞肉+小貢丸、螞蟻上樹、炒青菜、柴魚豆腐湯	
3 月 21 日 (四)	油飯、小白菜蛋花湯	卡啦雞腿堡、瓜仔肉、綜合滷味、炒青菜、甘藍肉絲湯+香菜	水果	豬肉魯皮絲、滷蛋、香酥薯條、炒青菜、冬瓜排骨湯	
3 月 22 日 (五)	大亨堡+豆漿	(地瓜飯) 花枝羹、炸海鮮捲、玉米三色丁炒蛋、炒青菜	椰香西米露	糖醋魚、丁香魚燴豆腐、水筍小花枝丸羹、炒青菜、刺瓜魚丸湯	
3 月 23 日 (六)假日 自修	鍋燒烏龍麵	滷絞肉+麵筋、炸香腸、蒸蛋、炒青菜、香菇雞湯	水果		
3 月 25 日 (一)	鍋貼、紫菜蛋花湯	魯雞腿、炸花枝捲、荊瓜燴黑輪丁、炒青菜，酸辣湯		滷肉+烏蛋、炸雞翅、高麗菜炒肉絲、炒青菜、海帶根排骨湯	

雲林縣私立永年高級中學 102 年 3 月 26 日~3 月 31 日菜單

日期	早餐	午餐	甜點	晚餐	備註欄
3 月 26 日 (二)	稀飯+肉鬆+花生麵筋+豆漿+炒蛋	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	
3 月 27 日 (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	
3 月 28 日 (四)	香腸蛋炒飯、味增豆腐湯	三杯雞、春捲、蒸蛋、炒青菜、四神湯	水果	刈包、香魯五花肉、酸菜、肉鬆、肉羹麵線	
3 月 29 日 (五)惜福餐	土司+巧克力醬+橘子醬、鮮奶茶	三色丁蛋炒飯、青菜	綠豆薏仁湯		
3 月 30 日 (六)國小學藝競試	麵包+牛奶	炸豬排、滷蛋+油豆腐、炒青菜、高麗菜炒木耳豆皮、酸菜、小條辣蘿蔔	水果		
3 月 31 日 (日)全校段考自修	海鮮粥 (蟹肉棒+花枝丸+肉絲)	絞肉+香菇、三色丁炒豆乾、卡拉雞腿堡、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、菜頭魚丸湯	

製表:

主任:

校長: