

臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 113 學年度第下學期 3 月份餐點表

準備時間 2025/02/24

公告時間: 2025/02/27

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	六							
2	日							
3	一	可口麵線	蔥爆肉絲.螞蟻上樹.時蔬.海根排骨湯.水果	魚丸冬粉湯	v	v	v	v
4	二	地瓜粥	日式炒麵.薑絲魚片湯.水果	大蒜磚塊、決明子茶	v	v	v	v
5	三	奶油饅頭、牛奶	海鮮烏龍湯麵.滷小腿.水果	白木耳銀蓮湯	v	v	v	v
6	四	日式拉麵	馬鈴薯燉肉.洋蔥蛋.時蔬.紫菜味噌湯.水果	鮮肉包、桂花茶	v	v	v	v
7	五	夾心麵包、牛奶	香菇肉燥.紅燒豆腐.時蔬.冬瓜排骨湯.水果	紅豆麥片湯	v	v	v	v
8	六							
9	日							
10	一	紅麵線	打拋豬.五香干絲.時蔬.香菇雞湯.水果	葫蘆粥	v	v	v	v
11	二	銀魚粥	肉絲蛋炒飯.魚丸湯.水果	葡萄干麵包、麥茶	v	v	v	v
12	三	花捲饅頭、牛奶	木須炒麵.滷百頁.文蛤湯.水果	關東煮	v	v	v	v
13	四	營養麵線	吻仔魚.蕃茄炒蛋.時蔬.青菜豆腐湯.水果	高麗菜包、菊花茶	v	v	v	v
14	五	夾心麵包、牛奶	玉米雞丁.鹹蛋苦瓜.時蔬.海芽蛋花湯.水果	仙草蜜	v	v	v	v
15	六							
16	日							
17	一	可口麵線	榨菜肉絲.三杯杏鮑菇.時蔬.海帶節排骨湯.水果	竹筍粥	v	v	v	v
18	二	蔬菜粥	什錦炒麵.冬瓜排骨湯.水果	三明治、養生茶	v	v	v	v
19	三	奶油饅頭、牛奶	滑蛋蝦仁燴飯.滷豆腐.蛤蜊湯.水果	味噌拉麵	v	v	v	v
20	四	雞蛋麵	蔥爆肉絲.枸杞絲瓜.時蔬.大黃瓜排骨湯.水果	鮮肉包、決明子茶	v	v	v	v
21	五	夾心麵包、牛奶	馬鈴薯燉肉.紅燒茄子.時蔬.四神湯.水果	綠豆地瓜湯	v	v	v	v
22	六							
23	日							
24	一	香菇瘦肉粥	竹筍炒肉絲.塔香海帶絲.時蔬.鳳梨苦瓜湯.水果	米粉湯	v	v	v	v
25	二	美味麵線	客家米苔目.滷蛋.水果	花旗麵包、桂圓茶	v	v	v	v
26	三	芋頭饅頭、牛奶	意大利麵.玉米濃湯.水果	廣東粥	v	v	v	v
27	四	日式拉麵	滑蛋魚片.蔥爆銀芽.時蔬.養生菇菇湯.水果	高麗菜包、洛神花茶	v	v	v	v
28	五	夾心麵包、牛奶	三色肉末.鹹蛋杏鮑菇.時蔬.羅宋湯.水果	紅豆湯圓	v	v	v	v
29	六							
30	日							
31	一	紅麵線	客家小炒.玉米炒蛋.時蔬.南瓜湯.水果	魚片粥	v	v	v	v

◎備註1:本園一律使用國產豬肉食材

◎備註2:本園未使用輻射污染產品!

◎備註3:本餐點表若因時令或配合活動,可能稍作更改,敬請見諒!