

臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 113 學年度第下學期 2 月份餐點表

準備時間: 2025/01/21

公告時間: 2025/02/3

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	美味麵線	玉米雞丁.紅蘿蔔炒蛋.時蔬.冬瓜排骨湯.水果	竹筍粥	√	√	√	√
4	二	叻仔魚粥	什錦炒麵.紫菜蛋花湯.水果	大蒜磚塊、麥茶	√	√	√	√
5	三	奶油饅頭、牛奶	海鮮燴飯.滷百頁.文蛤湯.水果	白木耳銀蓮湯	√	√	√	√
6	四	日式拉麵	滑蛋魚片.五香干絲.時蔬.海芽味噌湯.水果	高麗菜包、菊花茶	√	√	√	√
7	五	夾心麵包、牛奶	蔥爆肉絲.紅燒豆腐.時蔬.海根排骨湯.水果	綠豆麥片湯	√	√	√	√
8	六	地瓜粥	麵疙瘩.滷蛋.水果	紅豆湯圓	√	√	√	√
9	日							
10	一	蔬菜粥	彩椒肉絲.三杯杏鮑菇.時蔬.大黃瓜排骨湯.水果	米粉湯	√	√	√	√
11	二	味噌拉麵	滑蛋蝦仁飯.香菇雞湯.水果	葡萄干麵包、桂花茶	√	√	√	√
12	三	芋頭饅頭、牛奶	意大利麵.玉米濃湯.水果	廣東粥	√	√	√	√
13	四	營養麵線	打拋豬.蔥爆銀芽.時蔬.青菜豆腐湯.水果	鮮肉包、養生茶	√	√	√	√
14	五	夾心麵包、牛奶	客家小炒.紅燒茄子.時蔬.南瓜濃湯.水果	紅豆薏仁湯	√	√	√	√
15	六							
16	日							
17	一	紅麵線	叻仔魚.螞蟻上樹.時蔬.海帶節排骨湯.水果	葫蘆粥	√	√	√	√
18	二	銀魚粥	肉絲炒飯.蘑菇濃湯.水果	三明治、桂圓茶	√	√	√	√
19	三	花捲饅頭、牛奶	木須炒麵.滷小腿.雙玉排骨湯.水果	關東煮	√	√	√	√
20	四	可口麵線	雙色燉肉.塔香海帶絲.時蔬.味噌魚片湯.水果	高麗菜包、洛神花茶	√	√	√	√
21	五	夾心麵包、牛奶	小黃瓜雞丁.枸杞絲瓜.時蔬.紫菜蛋花湯.水果	地瓜湯	√	√	√	√
22	六							
23	日							
24	一	魚片粥	香菇肉燥.鹹蛋苦瓜.時蔬.羅宋湯.水果	味噌拉麵	√	√	√	√
25	二	營養麵線	米苔目.滷豆腐.水果	花旗麵包、決明子茶	√	√	√	√
26	三	奶油饅頭、牛奶	什錦豬肉燴飯.滷蛋.鳳梨苦瓜雞湯.水果	魚丸冬粉湯	√	√	√	√
27	四	日式拉麵	竹筍炒肉絲.玉米蛋.時蔬.羅宋湯.水果	鮮肉包、麥茶	√	√	√	√
28	五	228和平紀念日休假						

◎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!