

臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 112 學年度第下學期 3 月份餐點表

準備時間: 2024/02/19

公告時間: 2024/02/23

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	五	夾心麵包、牛奶	醬爆肉絲.蔥蛋.時蔬.白蘿蔔排骨湯.水果	綠豆麥片湯	V	V	V	V
2	六							
3	日							
4	一	營養麵線	竹筍炒肉絲.螞蟻上樹.時蔬.蕃茄豆芽排骨湯.水果	廣東粥	V	V	V	V
5	二	田園蔬菜粥	什錦炒飯.滷油豆腐.紫菜魚丸湯.水果	香蒜磚麵包、豆漿	V	V	V	V
6	三	黑糖饅頭、豆漿	意大利麵.玉米濃湯.水果	酸辣湯	V	V	V	V
7	四	日式拉麵	紅燒燉肉.滷海帶結豆干.時蔬.大黃瓜排骨湯.水果	高麗菜包、麥茶	V	V	V	V
8	五	夾心麵包、牛奶	滑蛋魚片.蔥爆銀芽.時蔬.紅蘿蔔排骨湯.水果	紅豆薏仁湯	V	V	V	V
9	六							
10	日							
11	一	地瓜粥	打拋豬.洋蔥蛋.時蔬.牛蒡排骨湯.水果	米粉湯	V	V	V	V
12	二	擔仔麵	肉絲炒飯.滷海帶結.青菜豆腐湯.水果	葡萄干麵包、豆漿	V	V	V	V
13	三	黑糖饅頭、豆漿	海鮮烏龍湯麵.滷小腿.水果	味噌拉麵	V	V	V	V
14	四	銀魚瘦肉粥	咖哩雞肉飯.時蔬.文蛤.湯.水果	鮮肉包、養生茶	V	V	V	V
15	五	夾心麵包、牛奶	客家米苔目.滷杏鮑菇.水果	綠豆地瓜湯	V	V	V	V
16	六							
17	日							
18	一	可口麵線	榨菜肉絲.紅蘿蔔蛋.時蔬.蓮藕排骨湯.水果	魚丸冬粉湯	V	V	V	V
19	二	台式葫蘆瓜粥	蝦仁炒飯.滷雙玉.羅宋湯.水果	三明治、豆漿	V	V	V	V
20	三	黑糖饅頭、豆漿	海鮮麵疙瘩湯.滷蛋.水果	白木耳銀蓮湯	V	V	V	V
21	四	日式拉麵	吻仔魚.麻婆豆腐.時蔬.海帶結排骨湯.水果	高麗菜包、桂圓茶	V	V	V	V
22	五	夾心麵包、牛奶	三色肉末.鹹蛋杏鮑菇.時蔬.冬瓜排骨湯.水果	紅豆湯圓	V	V	V	V
23	六							
24	日							
25	一	美味麵線	香菇肉燥.蔥爆銀芽.時蔬.大黃瓜排骨湯.水果	台式葫蘆瓜粥	V	V	V	V
26	二	香菇瘦肉粥	木須炒麵.香菇雞湯.水果	羅宋麵包、豆漿	V	V	V	V
27	三	黑糖饅頭、豆漿	咖哩豬肉飯.時蔬.四神湯.水果	關東煮	V	V	V	V
28	四	日式拉麵	豆干蒜肉絲.枸杞絲瓜.時蔬.海根排骨湯.水果	鮮肉包、決明子茶	V	V	V	V
29	五	夾心麵包、牛奶	彩椒雞丁.螞蟻上樹.時蔬.玉米排骨湯.水果	芋頭地瓜湯	V	V	V	V
30	六							
31	日							

◎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!