

臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 114 學年度第下學期 5 月份餐點表

準備時間: 2026/04/27

公告時間: 2026/04/30

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		勞動節休假					
2	六							
3	日							
4	一	可口麵線	藜麥飯.打拋豬.五香干絲.時蔬.紫菜蛋花湯.水果	葫蘆絲瓜粥	√	√	√	√
5	二	香菇粥	蝦仁蛋炒飯.海芽豆腐湯.水果	鮮肉包、桂花茶	√	√	√	√
6	三	奶油饅頭、牛奶	義大利麵.玉米濃湯.水果	味噌拉麵	√	√	√	√
7	四	蘿蔔糕、玉米湯	紫米飯.京醬肉絲.蕃茄蛋.時蔬.山藥排骨湯.水果	小波蘿、菊花茶	√	√	√	√
8	五	夾心麵包、牛奶	白米飯.吻仔魚.鹹蛋苦瓜.時蔬.羅宋湯.水果	大蒜磚、決明子茶	√	√	√	√
9	六							
10	日							
11	一	美味麵線	雜糧飯.照燒鮮嫩雞丁.芹香甜不辣.時蔬.魚丸湯.水果	廣東粥	√	√	√	√
12	二	小米粥	米粉湯.滷味.水果	高麗菜包、養生茶	√	√	√	√
13	三	花捲饅頭、牛奶	咖哩燴飯.時蔬.豆腐味噌蛋花湯.水果	白木耳銀蓮湯	√	√	√	√
14	四	銀魚粥	滷肉飯.滷蛋.蘿蔔排骨湯.水果	葡萄干麵包、麥茶	√	√	√	√
15	五	夾心麵包、牛奶	紫米飯..螞蟻上樹.時蔬.枸杞冬瓜湯.水果	紅豆芋圓湯	√	√	√	√
16	六							
17	日							
18	一	滑蛋麵線	雜糧飯.玉米雞丁.枸杞絲瓜.時蔬.薑絲魚片湯.水果	皮瘦粥	√	√	√	√
19	二	小米粥	大滷麵.滷小腿.水果	三明治、桂圓茶	√	√	√	√
20	三	奶油饅頭、牛奶	海鮮燴飯.時蔬.雙玉排骨湯.水果	魚丸冬粉湯	√	√	√	√
21	四	蔬菜拉麵	白米飯.杏鮑菇肉絲.魚香茄子.時蔬.冬瓜蛤蜊湯.水果	鮮肉包、洛神花茶	√	√	√	√
22	五	夾心麵包、牛奶	藜麥飯.客家小炒.蒸蛋.時蔬.海帶節排骨湯.水果	綠豆地瓜湯	√	√	√	√
23	六							
24	日							
25	一	營養麵線	紫米飯.滑蛋魚片.三色干丁.時蔬.榨菜肉絲湯.水果	海鮮粥	√	√	√	√
26	二	鹹粥	炸醬麵.鄉村蔬菜湯.水果	海綿蛋糕.麥茶	√	√	√	√
27	三	芋頭饅頭、牛奶	咖哩豬肉飯.時蔬.羅宋湯.水果	關東煮	√	√	√	√
28	四	地瓜粥	雜糧飯.滑蛋魚片.炒三鮮菇.時蔬.南瓜湯.水果	高麗菜包.桂花茶	√	√	√	√
29	五	夾心麵包、牛奶	白米飯.春川炒雞.菜脯蛋.時蔬.大黃瓜排骨湯.水果	紅豆麥片湯	√	√	√	√
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!