

臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 112 學年度第一學期 9 月份餐點表

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	雙玉紅燒肉. 洋蔥蛋. 時蔬. 玉米濃湯. 水果	綠豆麥片	V	V	V	V
4	一	蔬菜粥	五香蒜干肉絲. 紅蘿蔔蛋. 時蔬. 青菜豆腐湯. 水果	日式拉麵	V	V	V	V
5	二	美味麵線	香菇豬肉米苔目. 滷烏蛋. 水果	三決明子茶	V	V	V	V
6	三	花捲饅頭牛奶	三鮮烏龍麵. 滷小腿. 水果	關東煮	V	V	V	V
7	四	營養麵線	香菇肉燥. 三杯杏鮑菇. 時蔬. 金針排骨湯. 水果	菜麥包茶	V	V	V	V
8	五	夾心麵包牛奶	三色肉末. 螞蟻上樹. 時蔬. 海帶芽蛋花湯. 水果	紅豆薏仁	V	V	V	V
11	一	什錦麵線	滑蛋魚片. 醬燒茄子. 時蔬. 羅宋湯. 水果	廣東粥	V	V	V	V
12	二	香菇瘦肉粥	客家板條湯. 滷蛋. 水果	方塊大磚茶	V	V	V	V
13	三	黑糖饅頭牛奶	咖哩雞肉飯. 時蔬. 玉米排骨湯. 水果	仙草蜜	V	V	V	V
14	四	日式拉麵	竹筍炒肉絲. 玉米蛋. 時蔬. 香菇雞湯. 水果	肉桂圓包茶	V	V	V	V
15	五	夾心麵包牛奶	彩椒雞丁. 紅燒豆腐. 時蔬. 冬瓜排骨湯. 水果	地瓜芋圓	V	V	V	V
18	一	可口麵線	馬鈴薯燉肉. 大黃瓜燴菇. 時蔬. 文蛤湯. 水果	米粉湯	V	V	V	V
19	二	銀魚粥	蔬菜麵疙瘩. 滷百頁. 水果	葡萄干麵包漿	V	V	V	V
20	三	芋頭饅頭漿	義大利麵. 海鮮濃湯. 水果	白木耳銀蓮湯	V	V	V	V
21	四	味噌拉麵	蒼蠅頭. 爆香麵腸. 時蔬. 洋蔥蘑菇湯. 水果	菜決明子茶	V	V	V	V
22	五	夾心麵包牛奶	叻仔魚. 鹹蛋苦瓜. 時蔬. 雙玉排骨湯. 水果	魚丸冬粉湯	V	V	V	V
23	六	地瓜粥	日式咖哩豬肉麵. 味噌豆腐湯. 水果	羅宋麵包茶	V	V	V	V
25	一	可口麵線	海帶節紅燒肉. 洋蔥蛋. 時蔬. 蛤蜊湯. 水果	香菇瘦肉粥	V	V	V	V
26	二	高麗菜粥	醬爆肉絲. 蔥爆銀芽. 時蔬. 海根排骨湯. 水果	芝士蒜條漿	V	V	V	V
27	三	黑糖饅頭漿	打拋豬. 什錦菇. 時蔬. 鳳梨苦瓜雞湯. 水果	仙草蜜	V	V	V	V
28	四	芋頭粥	玉米雞丁. 蕃茄滑蛋. 時蔬. 牛蒡排骨湯. 水果	肉桂花包茶	V	V	V	V
29	五		中 秋 節 假 期					

◎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！