

# 臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 114 學年度第下學期 2 月份餐點表

準備時間: 2026/01/28

公告時間: 2026/01/30

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	日							
2	一	營養麵線	紫米飯.金針菇肉絲.蒸蛋.時蔬.海芽豆腐湯.水果	魚丸冬粉湯	v	v	v	v
3	二	鹹粥	榨菜肉絲麵.滷小腿.水果	鹽可頌、麥茶	v	v	v	v
4	三	奶油饅頭、牛奶	咖哩雞飯.羅宋湯.水果	日式拉麵	v	v	v	v
5	四	地瓜粥	雜糧飯.雙玉燉肉.炒干絲.時蔬.紫菜蛋花湯.水果	鮮肉包、菊花茶	v	v	v	v
6	五	夾心麵包、牛奶	白米飯.打拋豬.洋蔥蛋.時蔬.南瓜湯.水果	仙草蜜	v	v	v	v
7	六							
8	日							
9	一	美味麵線	白米飯.滑蛋魚片.螞蟻上樹.時蔬.蕃茄蛋花湯.水果	紅豆芋圓湯	v	v	v	v
10	二	蘿蔔糕、玉米湯	紫米飯.什錦綜合牛奶鍋.水果	小波蘿.洛神花茶	v	v	v	v
11	三	芋頭饅頭、牛奶	海鮮燴飯.紫菜貢丸湯.水果	白木耳銀蓮湯	v	v	v	v
12	四	銀魚粥	紫米飯.客家小炒.醬燒冬瓜.時蔬.紅蘿蔔排骨湯.水果	高麗菜包、養生茶	v	v	v	v
13	五	夾心麵包、牛奶	雜糧飯.彩椒肉絲.蔥爆銀芽.時蔬.玉米排骨湯.水果	綠豆地瓜湯	v	v	v	v
14	六							
15	日							
16	一		除夕					
17	二		春節假期(初一)					
18	三		春節假期(初二)					
19	四		春節假期(初三)					
20	五		春節假期(初四)					
21	六							
22	日							
23	一	滑蛋麵線	紫米飯.京醬肉絲.炒海帶絲.時蔬.青菜豆腐湯.水果	廣東粥	v	v	v	v
24	二	魚片粥	蝦仁蛋炒飯.時蔬.貢丸湯.水果	三明治.決明子茶	v	v	v	v
25	三	花捲饅頭、牛奶	咖哩豬肉飯.冬瓜排骨湯.水果	關東煮	v	v	v	v
26	四	玉米粥	白米飯.吻仔魚.蔥燒板豆腐.時蔬.海帶節排骨湯.水果	鮮肉包、桂花茶	v	v	v	v
27	五		228補假					
28	六							
29	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!