

臺北市私立長青蒙特梭利幼兒園 113 學年度第上學期 8 月份餐點表

準備時

2024/07/23

公告時間: 2024/07/31

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	四	蔬菜粥	咖哩雞肉飯.時蔬.玉米排骨湯.水果	鮮肉包、決明子茶	v	v	v	v
2	五	夾心麵包、牛奶	泰式打拋豬.蔥爆銀芽.時蔬.羅宋湯.水果	仙草蜜	v	v	v	v
3	六							
4	日							
5	一	可口麵線	竹筍炒肉絲.蕃茄蛋.時蔬.海根排骨湯.水果	台式葫蘆瓜粥	v	v	v	v
6	二	元氣養生粥	蝦仁蛋炒飯.時蔬.蛤蜊湯.水果	羅宋麵包、洛神花茶	v	v	v	v
7	三	花捲饅頭、牛奶	海鮮炒麵.時蔬.鳳梨苦瓜雞湯.水果	白木耳銀蓮湯	v	v	v	v
8	四	香菇瘦肉粥	香菇肉燥.螞蟻上樹.時蔬.味噌豆腐湯.水果	高麗菜包、養生茶	v	v	v	v
9	五	夾心麵包、牛奶	玉米雞丁.塔香茄子.時蔬.紫菜蛋花湯.水果	綠豆地瓜湯	v	v	v	v
10	六							
11	日							
12	一	營養麵線	雙玉燉肉.枸杞絲瓜.時蔬.山藥排骨湯.水果	芋頭米粉湯	v	v	v	v
13	二	香菇瘦肉粥	日式炒麵.時蔬.香菇雞湯.水果	葡萄干麵包、冬瓜茶	v	v	v	v
14	三	芋頭饅頭、牛奶	客家米苔目湯.滷小腿.水果	廣東粥	v	v	v	v
15	四	味噌拉麵	彩椒肉絲.蔥蛋.時蔬.味噌貢丸湯.水果	鮮肉包、桂花茶	v	v	v	v
16	五	夾心麵包、牛奶	三色肉末.鹹蛋苦瓜.時蔬.蔬菜湯.水果	紅豆麥片湯	v	v	v	v
17	六							
18	日							
19	一	高麗菜粥	滑蛋魚片.蝦米葫蘆絲瓜.時蔬.雙玉排骨湯.水果	咖哩拉麵	v	v	v	v
20	二	營養麵線	什錦炒麵.時蔬.菇菇美白湯.水果	大蒜磚塊、菊花茶	v	v	v	v
21	三	花捲饅頭、牛奶	海鮮烏龍湯麵.滷蛋.水果	關東煮	v	v	v	v
22	四	日式拉麵	馬鈴薯燉肉.客家小炒.時蔬.冬瓜排骨湯.水果	高麗菜包、桂圓茶	v	v	v	v
23	五	夾心麵包、牛奶	蔥爆肉絲.醬炒麵腸.時蔬.蛤蜊湯.水果	仙草蜜	v	v	v	v
24	六							
25	日							
26	一	地瓜粥	宮保雞丁.塔香炒海龍.時蔬.魚片湯.水果	魚丸冬粉湯	v	v	v	v
27	二	紅麵線	肉絲蛋炒飯.滷百頁.文蛤湯.水果	三明治、麥茶	v	v	v	v
28	三	奶油饅頭、牛奶	義大利捲麵.時蔬.玉米濃湯.水果	味噌拉麵	v	v	v	v
29	四	廣東粥	吻仔魚.紅燒豆腐.時蔬.冬瓜排骨湯.水果	鮮肉包、決明子茶	v	v	v	v
30	五	夾心麵包、牛奶	榨菜肉絲.玉米蛋.時蔬.大黃瓜排骨湯.水果	綠豆薏仁湯	v	v	v	v
31	六							

◎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!