

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

112年05月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	一	勞動節放假一天		
2	二	玉米濃湯	胚芽米白飯、豆酥蒸魚、毛豆肉茸、應時青菜、酸辣湯、季節水果	紅豆QQ湯
3	三	麵包 決明子茶	炒金瓜米粉、貢丸湯、季節水果	香菇瘦肉粥
4	四	芙蓉絲瓜麵線	白飯、三杯雞柳、芝麻長豆、應時青菜、竹筍雞湯、季節水果	關東煮
5	五	芋香饅頭 洛神花茶	照燒豬肉飯、菇菇排骨湯、季節水果	餛飩湯
8	一	廣東粥	十六穀米白飯、瓜仔肉、滑蛋三絲、應時青菜、鳳梨苦瓜雞湯、季節水果	麵線羹
9	二	鮮肉包 牛奶	胚芽米白飯、豆瓣雞、桂竹筍炒肉絲、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	肉絲湯麵
10	三	蘿蔔糕湯	客家炒板條、香菇雞湯、季節水果	高麗菜瘦肉粥
11	四	豆沙包 貢丸湯	白飯、子薑肉絲、蒸蛋、應時青菜、冬瓜排骨湯、季節水果	米苔目湯
12	五	地瓜粥	咖哩飯、青木瓜排骨湯、季節水果	仙草蜜
15	一	壽司 味噌豆腐湯	十六穀米白飯、糖醋魚丁、蔥香菜脯蛋、應時青菜、刺瓜肉羹湯、季節水果	肉燥麵
16	二	鮮奶饅頭 黑豆漿	胚芽米白飯、黃瓜雞柳、三杯豆腐、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	檸檬愛玉湯
17	三	玉米雞茸粥	水餃、香菇竹筍雞湯、季節水果	餛飩湯麵
18	四	番茄湯麵	白飯、洋蔥豬排、玉菜甜不辣、應時青菜、榨菜粉絲湯、季節水果	麵包 玉米濃湯
19	五	果醬吐司 牛奶	培根義大利麵、冬瓜魚丸湯、季節水果	綠豆芋圓湯
22	一	滑蛋瘦肉粥	十六穀米白飯、滷雞腿、什錦豆包絲、應時青菜、刺瓜魚丸湯、季節水果	油豆腐細粉湯
23	二	銀絲卷 豆漿	胚芽米白飯、梅干蒸肉餅、洋蔥炒蛋、應時青菜、玉米結湯、季節水果	芋香西米露
24	三	雞絲麵	滷肉飯、滷蛋、銀芽排骨湯、季節水果	八寶粥
25	四	黑糖饅頭 紅棗枸杞茶	白飯、芋頭燒肉、香拌素雞、應時青菜、番茄蛋花湯、季節水果	咖哩烏龍麵
26	五	玉兔包 菊花茶	日式親子丼飯、味噌銀魚豆腐湯、季節水果	鮭魚羹湯
29	一	肉絲炒麵	十六穀米白飯、蠔油雞柳、胡蘿蔔炒蛋、應時青菜、海芽豆腐湯、季節水果	綠豆豆花
30	二	清粥小菜 肉鬆、豆漿	胚芽米白飯、京醬肉絲、茄汁豆包、應時青菜、絲瓜湯、季節水果	枸杞山藥排骨湯
31	三	竹筍包 枸杞茶	沙茶肉羹麵、季節水果	蔬菜叻仔魚粥

* 為避免幼兒攝取過多的糖分，飲品中的糖分皆為低糖；烹調上也少油、少鹽，以維護幼兒飲食上的健康。

* 以上餐點若有幼兒不適合者，請在入園時或在聯絡本中告知老師，謝謝。

** 本園餐點豬肉一律使用國產豬食材。

營養師：劉美蓉

