

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

112年06月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	四	客家湯麵	白飯、豆酥蒸魚、玉米炒蛋、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	什錦肉羹
2	五	果醬吐司 牛奶	炸醬麵、貢丸湯、季節水果	茶葉蛋 檸檬愛玉湯
5	一	芋頭米粉湯	十六穀米白飯、咖哩雞、客家紫茄、應時青菜、金針菇排骨湯、季節水果	紅豆QQ湯
6	二	奶皇包 黑豆漿	胚芽米白飯、豆干燒肉、莧菜叻仔魚、應時青菜、刺瓜大骨湯、季節水果	鍋燒麵
7	三	麵包 低糖洛神花茶	水餃、酸辣湯、季節水果	廣東粥
8	四	蘿蔔糕湯	白飯、紅燒魚丁、滑蛋三絲、應時青菜、冬瓜魚丸湯、季節水果	黑糖珍珠豆花
9	五	生日蛋糕 養生茶	咖哩飯、青菜豆腐湯、季節水果	米苜目湯
12	一	清粥小菜 肉鬆、豆漿	十六穀米白飯、洋蔥豬柳、醋溜豆包、應時青菜、鮮筍雞肉湯、季節水果	茶葉蛋 枸杞菊花茶
13	二	枸杞芙蓉絲瓜麵線	胚芽米白飯、三杯雞、紅蘿蔔絲炒蛋、應時青菜、冬瓜蛋花湯、季節水果	瓢瓜粥
14	三	肉絲鹹粥	客家炒麵、小白菜貢丸湯、季節水果	仙草粉條湯
15	四	豆沙包 低糖決明子茶	白飯、瓜仔肉、蔥燒豆腐、應時青菜、玉米結湯、季節水果	叻仔魚粥
16	五	肉燥米粉	揚州炒飯、竹筍排骨湯、季節水果	關東煮
17	六	山藥瘦肉粥	白飯、糖醋雞、芹香豆腸、應時青菜、刺瓜魚丸湯、季節水果	綠豆米苜目
19	一	台南意麵	十六穀米白飯、紅燒肉丁、香蔥菜脯蛋、應時青菜、菇菇湯、季節水果	芋香排骨粥
20	二	饅頭 豆漿	胚芽米白飯、西芹炒肉羹、黃瓜炒蛋、應時青菜、薑絲鴨肉湯、季節水果	客家湯板條
21	三	魷魚羹冬粉	端午粽子、香菇雞湯、季節水果	芋香西米乃露
22	四	端午節連續假期		
23	五			
26		鯖魚稀飯	十六穀米白飯、橙汁雞柳、木須肉絲、應時青菜、海芽蛋花湯、季節水果	餛飩湯
27		肉包 低糖菊花茶	胚芽米白飯、黃豆海節燒肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、白菜肉羹湯、季節水果	肉燥米粉湯
28	一	薑絲瘦肉粥	義大利肉醬通心粉、玉米濃湯、季節水果	麵包 仙草蜜
29	二	肉絲湯麵	白飯、蔥爆肉片、番茄豆腐蛋、應時青菜、海芽蛋花湯、季節水果	竹筍排骨粥
30	三	小籠包 薏仁漿	滷肉飯、滷蛋、鳳梨苦瓜雞湯、季節水果	八寶粥

* 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

