

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

112年09月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	
1	五	客家米苔目	滷肉飯、滷筍干、滷蛋、小白菜蛋花湯、季節水果	關東煮	
4	一	玉米濃湯	十六穀米白飯、紅燒雞、刺瓜燴麵筋、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	陽春麵	
5	二	黑糖饅頭 牛奶	胚芽米白飯、椒鹽魚丁、洋蔥炒蛋、應時青菜、銀芽海帶大骨湯、季節水果	綠豆湯	
6	三	蘿蔔糕湯	什錦炒飯、冬瓜貢丸湯、季節水果	南瓜玉米粥	
7	四	麵包 決明子茶	白飯、烘肉、開陽瓠瓜、應時青菜、蘿蔔魚羹湯、季節水果	長豆肉絲稀飯	
8	五	小蛋糕 豆漿	什錦炒麵、黃瓜排骨湯、季節水果	客家湯圓	
11	一	果醬吐司 枸杞茶	十六穀米白飯、香酥雞塊、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、玉米結大骨湯、季節水果	皮蛋瘦肉粥	
12	二	廣東粥	胚芽米白飯、蘿蔔滷肉、三杯杏鮑菇、應時青菜、綜合丸子湯、季節水果	豆花甜湯	
13	三	高麗菜肉絲粥	炒粿仔條、蓮藕排骨湯、季節水果	水煮蛋 桂圓紅棗茶	
14	四	小兔包 菊花茶	白飯、梅干蒸肉餅、玉米炒蛋、應時青菜、冬瓜大骨湯、季節水果	枸杞絲瓜麵線	
15	五	筍絲粥	揚州炒飯、羅宋湯、季節水果	芋頭米粉湯	
18	一	麵線羹	十六穀米白飯、豆干燒肉、咖哩洋芋、應時青菜、海牙蛋花湯、季節水果	紅豆QQ湯	
19	二	小籠包 薏仁漿	胚芽米白飯、薑味雞、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、青木瓜排骨湯、季節水果	油豆腐細粉	
20	三	清粥小菜 肉鬆、豆漿	咖哩飯、鴨肉薑絲湯、季節水果	鍋燒意麵	
21	四	什錦麵疙瘩	白飯、芋頭燒肉、蒸蛋、應時青菜、蒜頭雞湯、季節水果	山藥排骨湯	
22	五	高麗菜地瓜瘦肉粥	金瓜炒米粉、玉米濃湯、季節水果	蘿蔔糕湯	
23	六	蘿蔔貢丸湯	水餃、味噌豆腐湯、季節水果	筍絲肉片粥	
25	一	芋頭鹹粥	十六穀米白飯、瓜仔肉、什錦豆包絲、應時青菜、百菇湯、季節水果	擔仔麵	
26	二	銀絲卷 豆漿	胚芽米白飯、子薑肉絲、洋蔥炒蛋、應時青菜、竹筍排骨湯、季節水果	青菜餛飩湯	
27	三	鯖魚粥	水餃、酸辣湯、季節水果	山藥薏仁排骨粥	
28	四	貢丸米粉湯	白飯、麵輪滷肉、塔香海茸、應時青菜、蕃茄蛋花湯、季節水果	中秋月餅 枸杞茶	
29	五	中 秋 佳 節 愉 快			

* 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

