

# 新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

113年06月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
3	一	芙蓉絲瓜麵線	十六穀米白飯、京醬肉絲、炒莧菜、應時青菜、瓠瓜魚丸湯、季節水果	綠豆湯
4	二	果醬吐司 豆漿	胚芽米白飯、咖哩雞、豆瓣紫茄、應時青菜、海芽蛋花湯、季節水果	鮪魚蔬菜粥
5	三	山藥粥	香菇瓜仔肉燥飯、鳳梨苦瓜雞湯、季節水果	貢丸米粉湯
6	四	玉米滑蛋粥	白飯、豆酥淋魚、玉米火腿炒蛋、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	什錦湯餃
7	五	青菜餛飩湯	粽子、香菇雞湯、季節水果	水煮蛋 枸杞菊花茶
10	一	端 午 節 連 續 假 期		
11	二	肉羹冬粉湯	胚芽米白飯、糖醋肉、菜脯蛋、應時青菜、刺瓜排骨湯、季節水果	皮蛋瘦肉粥
12	三	雞絲麵	咖哩飯、玉米濃湯、季節水果	八寶粥
13	四	麵包 青菜蛋花湯	白飯、梅干蒸肉餅、枸杞絲瓜豆腐、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	南瓜粥
14	五	小蛋糕 桂圓紅棗茶	炸醬麵、貢丸湯、季節水果	擔仔麵
17	一	清粥小菜 豆漿、肉鬆	十六穀米白飯、洋蔥豬柳、糖醋豆包、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	紅豆QQ湯
18	二	玉米濃湯	胚芽米白飯、三杯雞、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、蘿蔔貢丸湯、季節水果	鍋燒意麵
19	三	黑糖饅頭 牛奶	什錦炒麵、青菜豆腐湯、季節水果	瓠瓜肉絲蛋香 粥
20	四	皮蛋瘦肉粥	白飯、筍乾燻肉、蔥燒豆腐、應時青菜、玉米排骨湯、季節水果	榨菜肉絲湯麵
21	五	小籠包 黑豆漿	水餃、青木瓜排骨湯、季節水果	芋頭米粉湯
24	一	台南意麵	十六穀米白飯、紅燒魚丁、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、日式味噌湯、季節水果	長豆肉絲稀飯
25	二	芝麻包 豆漿	胚芽米白飯、芝麻雞丁、芹香天婦羅、應時青菜、薑絲鴨肉湯、季節水果	九份芋圓薯圓 湯
26	三	地瓜粥 肉鬆	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、南瓜蔬菜湯、季節水果	肉燥湯麵
27	四	竹筍包 枸杞茶	白飯、海帶結燒肉、黃瓜素雞、應時青菜、玉米結排骨湯、季節水果	蘑菇義大利麵
28	五	壽司 味噌湯	肉骨茶麵、季節水果	高麗菜滑蛋粥

\* 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

