

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

114年01月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	三	~元旦連續假期~		
2	四	肉羹麵線	白飯、三杯雞、花椰肉片、應時青菜、結頭菜排骨湯、季節水果	紅豆QQ湯
3	五	果醬吐司 牛奶	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、枸杞紅棗鮑菇雞湯湯、季節水果	什錦麵疙瘩
6	一	餛飩麵	胚芽米白飯、紅燒雞、茄汁豆包、應時青菜、蘿蔔貢丸湯、季節水果	魷魚羹
7	二	爆漿麵包 桂圓紅棗茶	十六穀米白飯、糖醋魚丁、蒸蛋、應時青菜、海帶銀芽排骨湯、季節水果	鮭魚蔬菜粥
8	三	肉包子 枸杞茶	揚州炒飯、大頭菜魚丸湯、季節水果	蘑菇義大利麵
9	四	蘿蔔糕湯	白飯、洋蔥肉片、紅燒雙節、應時青菜、菇菇大骨湯、季節水果	水煮蛋 黑糖地瓜薑湯
10	五	小蛋糕 豆奶	義大利肉醬通心粉、蘿蔔排骨湯、季節水果	芋頭瘦肉粥
13	一	玉米肉末粥	胚芽米白飯、滷雞腿、芋頭白菜滷、應時青菜、海芽蛋花湯、季節水果	油豆腐細粉
14	二	芝麻包 洛神花茶	十六穀米白飯、梅干蒸肉、蕃茄炒蛋、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	關東煮
15	三	水晶餃青菜湯	肉絲炒飯條、綜合丸子湯、季節水果	皮蛋瘦肉粥
16	四	麵包 菊花茶	白飯、京醬肉絲、西芹炒甜條、應時青菜、玉米結大骨湯、季節水果	雞絲麵
17	五	小白菜餛飩湯	茄汁什錦炒飯、香菇雞湯、季節水果	八寶粥
20	一	清粥小菜 肉鬆、豆漿	胚芽米白飯、沙茶肉片、甜豆炒鮑菇、應時青菜、蕃茄豆腐蛋花湯、季節水果	鍋燒麵
21	二	奶皇包 養生茶	十六穀米白飯、鹽酥雞、海帶芽炒飯、應時青菜、青菜豆腐湯、季節水果	綠豆湯
22	三	銀絲卷 枸杞紅棗茶	日式豚骨拉麵、季節水果	高麗菜瘦肉粥
23	四	山藥瘦肉粥	咖哩飯、蘿蔔肉羹湯、季節水果	玉米濃湯
24	五	芝麻包 豆奶	水餃、芥菜雞湯、季節水果	九份芋圓薯圓湯
27	一	<h2>新 年 快 樂</h2>		
28	二			
29	三			
30				
31				

* 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

