

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

114年 03月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
3	一	玉米濃湯	十六穀米白飯、洋蔥豬柳、蘿蔔滷肉、應時青菜、牛蒡枸杞雞湯、季節水果	雞絲麵
4	二	小籠包 豆奶	胚芽米白飯、蔥爆香雞、海蓉肉絲、應時青菜、玉米蛋花湯、季節水果	芋頭米粉
5	三	肉燥湯麵	水餃、酸辣湯、季節水果	餛飩湯
6	四	麵疙瘩	白飯、三杯杏鮑菇肉片、蒸蛋、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	八寶粥
7	五	清粥小菜 豆漿、肉鬆	茄汁肉燥義大利麵、南瓜濃湯、季節水果	綠豆薏仁湯
10	一	貢丸米粉湯	十六穀米白飯、香滷雞腿、玉菜甜不辣、應時青菜、菇菇湯、季節水果	山藥排骨湯
11	二	果醬吐司 牛奶	胚芽米白飯、瓜仔肉、花椰肉片、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	茶葉蛋 枸杞茶
12	三	黑糖饅頭 桂圓紅棗茶	滷肉飯、滷蛋、滷筍乾、蘿蔔排骨湯、季節水果	廣東粥
13	四	壽司 青菜豆腐湯	白飯、京醬肉絲、茄汁豆包、應時青菜、蒜頭雞湯、季節水果	燒仙草
14	五	小蛋糕 洛神花茶	什錦炒飯條、山藥雞湯、季節水果	鮪魚粥
17	一	皮蛋肉末粥	十六穀米白飯、芋頭燒肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、香菇雞湯、季節水果	麵線糊
18	二	麵包 決明子茶	胚芽米白飯、糖醋魚塊、海芽炒蛋、應時青菜、玉米排骨湯、季節水果	水晶餃湯
19	三	芝麻包 豆漿	客家炒麵、黃瓜排骨湯、季節水果	高麗菜肉茸粥
20	四	鍋燒意麵	白飯、蔥爆豬柳、蒸蛋、應時青菜、青菜蛋花湯、季節水果	關東煮
21	五	鮮肉包 枸杞茶	雞肉飯、海帶排骨湯、季節水果	油豆腐細粉
24	一	芋香瘦肉粥	十六穀米白飯、香菇雞、涼薯炒蛋、應時青菜、蘿蔔燕丸湯、季節水果	紅豆紫米奶露
25	二	銀絲卷 豆漿	胚芽米白飯、海帶燒肉、香酥百頁、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	什錦魷魚羹麵
26	三	爆漿麵包 養生茶	咖哩飯、貢丸湯、季節水果	肉絲湯麵
27	四	蘿蔔糕湯	白飯、蠔油雞柳、薑絲菇耳、應時青菜、大黃瓜大骨湯、季節水果	地瓜芋薯圓湯
28	五	芝麻包 菊花茶	日式豚骨拉麵、季節水果	吻仔魚肉茸粥
31	一	擔仔麵	十六穀米白飯、五香滷肉、毛豆滑蛋、應時青菜、味噌銀魚湯、季節水果	紅豆QQ湯

* 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

