

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

114年06月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
2	一	玉米肉末粥	胚芽米白飯、海結麵輪燒肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、白菜魚羹湯、季節水果	綠豆湯
3	二	雞絲麵	十六穀米白飯、糖醋肉、芹香豆包、應時青菜、大黃瓜排骨湯、季節水果	紅棗銀耳蓮子湯
4	三	小芋泥包 牛奶	肉絲蛋炒飯、日式味噌湯、季節水果	油豆腐細粉
5	四	板條湯	白飯、紅燒魚丁、玉米火腿炒蛋、應時青菜、玉米結排骨湯、季節水果	茶葉蛋 枸杞茶
6	五	果醬吐司 菊花茶	炸醬麵、新竹貢丸湯、季節水果	廣東粥
9	一	皮蛋肉末粥	胚芽米白飯、馬鈴薯燒雞、客家紫茄、應時青菜、川菜粉絲湯、季節水果	紅豆QQ湯
10	二	綜合玉米片 鮮奶	十六穀米白飯、麵腸燒肉、炒莧菜、應時青菜、刺瓜魚丸湯、季節水果	餛飩湯
11	三	麵包 洛神花茶	水餃、酸辣湯、季節水果	地瓜肉絲粥
12	四	蘿蔔糕湯	白飯、梅干燒肉、滑蛋三絲、應時青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果	黑糖薑汁豆花
13	五	小蛋糕 桂圓紅棗茶	咖哩飯、青菜豆腐湯、季節水果	客家米苔目
16	一	清粥小菜 肉鬆、豆漿	胚芽米白飯、洋蔥豬柳、醋溜豆包、應時青菜、福菜鮮筍湯、季節水果	關東煮
17	二	吐司 米漿	十六穀米白飯、薑味雞、蒸蛋、應時青菜、南瓜濃湯、季節水果	枸杞芙蓉絲瓜 麵線
18	三	瓠瓜肉絲鹹粥	什錦炒麵、竹筍排骨湯、季節水果	仙草粉條湯
19	四	芝麻包 決明子茶	白飯、筍乾燻肉、蔥燒豆腐、應時青菜、青菜貢丸湯、季節水果	吻仔魚粥
20	五	壽司 味噌豆腐湯	番茄肉燥義大利麵、青木瓜肉片湯、季節水果	肉燥米粉湯
23	一	玉米濃湯	胚芽米白飯、粉蒸肉、蔥香蛋、應時青菜、菇菇湯、季節水果	台南意麵
24	二	銀絲卷 麥茶	十六穀米白飯、芝麻雞丁、黃瓜甜條、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	芋香西米乃露
25	三	香菇意麵	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、香菇竹筍雞湯、季節水果	咖哩湯餃
26	四	高麗菜瘦肉粥	白飯、蔥爆肉片、番茄炒蛋、應時青菜、薑絲鴨肉湯、季節水果	仙草米苔目
27	五	小籠包 豆漿	客家炒板條、玉米濃湯、季節水果	山藥排骨粥
30	一	鮭魚蔬菜粥	胚芽米白飯、橙汁雞柳、木須肉絲、應時青菜、絲瓜蛋花湯、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

