

# 新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

115年 03月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
2	一	肉燥冬粉	十六穀米白飯、薑爆肉片、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、結頭菜雞湯、季節水果	廣東粥
3	二	玉米濃湯	胚芽米白飯、醬炒雞丁、清炒高麗菜、應時青菜、大黃瓜湯、季節水果	紅豆湯圓
4	三	香菇瘦肉蛋花粥	肉骨茶麵、滷蛋、季節水果	水晶餃湯
5	四	奶皇包 黑豆漿	白飯、黃金魚片、蕃茄炒蛋、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	八寶粥
6	五	蘿蔔糕湯	蕃茄肉醬義大利麵、南瓜濃湯、季節水果	皮蛋瘦肉粥
9	一	新竹貢丸米粉湯	十六穀米白飯、香滷雞腿、培根花椰菜、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	綠豆湯
10	二	麵包 豆漿	胚芽米白飯、瓜仔肉、洋蔥炒蛋、應時青菜、青菜貢丸湯、季節水果	雞絲麵
11	三	銀絲卷 紅棗枸杞茶	黃金什錦炒飯、青木瓜排骨湯、季節水果	餛飩湯
12	四	玉菜雞絲粥	白飯、京醬肉絲、茄汁豆包、應時青菜、玉米蛋花湯、季節水果	麵線糊
13	五	小蛋糕 洛神花茶	水餃、酸辣湯、季節水果	鮭魚粥
16	一	水煮蛋 枸杞茶	十六穀米白飯、蘿蔔燒肉、蔥燒凍豆腐、應時青菜、羅宋湯、季節水果	油豆腐細粉湯
17	二	客家板條	胚芽米白飯、三杯雞、毛豆炒蛋、應時青菜、牛蒡排骨湯、季節水果	豆花湯
18	三	小餐包 菊花茶	酢醬麵、香菇雞湯、季節水果	芋頭鹹稀飯
19	四	滑蛋魚片粥	白飯、紅燒肉、芹菜炒豆腸、應時青菜、玉菜蛋花湯、季節水果	關東煮
20	五	芝麻包 麥茶	親子丼飯、南瓜蔬菜湯、季節水果	蘑菇義大利麵
23	一	玉米肉茸粥	十六穀米白飯、蒜頭雞、三色蛋、應時青菜、蘿蔔排骨湯、季節水果	榨菜肉絲麵
24	二	雞蛋饅頭 桂圓紅棗茶	胚芽米白飯、海帶燒肉、玉米炒蛋、應時青菜、貢丸湯、季節水果	九份芋薯圓湯
25	三	叻仔魚粥	咖哩雞燴飯、紅棗香菇排骨湯、季節水果	鍋燒意麵
26	四	陽春麵	白飯、蠔油肉片、海芽炒蛋、應時青菜、瓜子雞湯、季節水果	蓮子紅棗銀耳湯
27	五	黑糖饅頭 豆漿	客家炒麵、鳳梨苦瓜排骨湯、季節水果	咖哩湯餃
30	一	擔仔麵	十六穀米白飯、鳳梨咕咾肉、小黃瓜炒蛋、應時青菜、枸杞山藥雞湯、季節水果	四寶甜湯
31	二	果醬吐司 決明子茶	胚芽米白飯、地瓜滷肉、海茸肉絲、應時青菜、蘿蔔玉米結大骨湯、季節水果	肉羹米粉湯

\* 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

