新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表　　115年 11月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
2	一	麵疙瘩	十六穀米白飯、紅燒肉、麻油杏鮑菇、應時青菜、玉米肉末湯、季節水果	山藥薏仁排骨湯
3	二	黑糖饅頭 豆漿	胚芽米白飯、咕咾雞丁、涼薯炒蛋、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	絲瓜麵線
4	三	芝麻包 牛奶	什錦炒麵、黃瓜大骨湯、季節水果	吻仔魚蛋花粥
5	四	蘿蔔糕湯	白飯、咖哩雞、洋蔥炒蛋、應時青菜、蘿蔔魚丸湯、季節水果	味噌豚骨拉麵
6	五	餛飩湯	客家炒粄條、蓮藕排骨湯、季節水果	紅豆QQ湯
9	一	玉米肉茸粥	十六穀米白飯、京醬肉絲、蔥燒百頁、應時青菜、牛蒡枸杞雞湯、季節水果	台南意麵
10	二	榨菜肉絲冬粉	胚芽米白飯、滷雞腿、海芽滑蛋、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	綠豆湯
11	三	竹筍包 菊花茶	番茄義大利肉醬麵、玉米濃湯、季節水果	皮蛋瘦肉粥
12	四	鮮奶饅頭 豆漿	白飯、香酥魚丁、番茄炒蛋、應時青菜、芋頭排骨湯、季節水果	魷魚羹麵
13	五	小蛋糕 枸杞茶	什錦炒飯、人參紅棗雞湯、季節水果	關東煮
16	一	青菜餛飩麵	十六穀米白飯、粉蒸肉、蔥香菜脯蛋、應時青菜、結頭菜雞湯、季節水果	豆花甜湯
17	二	黑糖饅頭 紅棗枸杞茶	胚芽米白飯、蔥燒豆鼓雞、玉菜甜不辣、應時青菜、海芽豆腐蛋花湯、季節水果	地瓜甜湯
18	三	鮪魚粥	金沙炒米粉、綜合丸子湯、季節水果	八寶粥
19	四	香菇肉燥麵	白飯、鹽酥雞、蒸蛋、應時青菜、南瓜蔬菜湯、季節水果	椰漿西米露
20	五	果醬吐司 洛神花茶	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、新竹貢丸湯、季節水果	鍋燒意麵
23	一	香菇雞肉粥	十六穀米白飯、瓜子肉、芹香豆包、應時青菜、玉米蛋花湯、季節水果	九份芋薯圓湯
24	二	小籠包 麥茶	胚芽米白飯、薑味雞、白菜滷、應時青菜、海帶排骨湯、季節水果	什錦羹湯
25	三	擔仔麵	肉絲炒飯、苦瓜排骨湯、季節水果	茶葉蛋 貢丸湯
26	四	鮮奶饅頭 豆漿	白飯、梅干蒸肉、玉米炒蛋、應時青菜、冬瓜蛤蜊湯、季節水果	蓮子銀耳湯
27	五	芋香鹹稀飯	炒麵、青木瓜雞湯、季節水果	水晶餃湯
30	一	鹹粥	十六穀米白飯、麵輪燒肉、三色蛋、應時青菜、杏鮑菇雞湯、季節水果	玉米濃湯

＊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