

# 新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

113年02月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	四	玉米濃湯	白飯、蘿蔔滷肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、芥菜雞湯、季節水果	餛飩麵
2	五	吻仔魚瘦肉粥	京醬肉絲刈包、香菇雞湯、季節水果	關東煮
5	一	魷魚羹	胚芽米白飯、子薑肉絲、蔥燒豆腐、應時青菜、結頭菜排骨湯、季節水果	紅豆湯
6	二	廣東粥	什錦炒飯、海芽蛋花湯、季節水果	蘋果麵包 枸杞茶
7	三	清粥小菜 肉鬆、豆漿	咖哩烏龍麵、季節水果	湯餃
8	四	~ 春節假期愉快 ~ 龍 年 行 大 運		
9	五			
10	一			
11	二			
12	三			
15	四	肉燥冬粉	白飯、咖哩雞、蔥香菜脯蛋、應時青菜、金針菇大骨湯、季節水果	綠豆QQ湯
16	五	小蛋糕 牛奶	蕃茄義大利麵、南瓜濃湯、季節水果	芋頭鹹粥
17	六	皮蛋肉末粥	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、蕃茄豆腐蛋花湯、季節水果	鍋燒意麵
19	一	麵線羹	胚芽米白飯、蔥爆肉片、白菜滷、應時青菜、牛蒡排骨湯、季節水果	紅豆湯圓
20	二	芝麻包 牛奶	十六穀米白飯、瓜仔肉、三杯杏鮑菇、應時青菜、蒜頭雞湯、季節水果	關東煮
21	三	肉燥麵	水餃、冬瓜大骨湯、季節水果	山藥瘦肉粥
22	四	大滷麵	白飯、豆干燒肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、玉米結排骨、季節水果	地瓜薯圓芋圓 甜湯
23	五	麵包 豆漿	玉米火腿蛋炒飯、蘿蔔排骨湯、季節水果	台南擔仔麵
26	一	地瓜粥 肉鬆	胚芽米白飯、馬鈴薯燉肉、糖醋豆包、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	雞絲麵
27	二	皮蛋瘦肉粥	十六穀米白飯、紅燒魚、蕃茄炒蛋、應時青菜、芋頭排骨湯、季節水果	青菜餛飩湯
28	三	228 休假一天		
29	四	鮮奶饅頭 牛奶	白飯、橙汁雞柳、玉菜甜不辣、應時青菜、貢丸湯、季節水果	燒仙草

\* 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

