

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

113年04月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	一	青菜餛飩湯	胚芽米白飯、麵輪燒肉、蔥花炒蛋、應時青菜、荊瓜湯、季節水果	芋香鹹粥
2	二	芋頭饅頭 牛奶	十六穀米白飯、蔥爆雞丁、蘿蔔滷肉、應時青菜、海帶芽蛋花湯、季節水果	紅豆紫米粥
3	三	清粥小菜 肉鬆、豆漿	水餃、玉米濃湯、季節水果	香菇肉燥麵
4	四	清明連續假期		
5	五			
8	一	蔬菜鯖魚粥	胚芽米白飯、玉米雞、瓜仔肉、應時青菜、豆腐蛋花湯、季節水果	關東煮
9	二	麵包 豆漿	十六穀米白飯、糖醋肉、柴魚花椰、應時青菜、銀芽海帶排骨湯、季節水果	地瓜芋圓薯圓湯
10	三	米粉湯	什錦炒飯、枸杞山藥雞湯、季節水果	南瓜粥
11	四	蘿蔔貢丸湯	白飯、蔞豉魷仔魚、蒸蛋、應時青菜、南瓜湯、季節水果	芙蓉絲瓜麵線
12	五	小蛋糕 牛奶	台南意麵、滷蛋、季節水果	玉米肉茸粥
15	一	皮蛋瘦肉粥	胚芽米白飯、粉蒸肉、豆皮滷白菜、應時青菜、蕃茄蛋花湯、季節水果	紅豆QQ湯
16	二	肉羹麵	十六穀米白飯、香香雞腿、彩椒肉絲、應時青菜、結頭菜湯、季節水果	茶葉蛋 洛神花茶
17	三	竹筍包 牛奶	肉絲炒麵、日式銀魚豆腐湯、季節水果	廣東粥
18	四	鍋燒意麵	白飯、台式滷肉、洋蔥炒蛋、應時青菜、香菇雞湯、季節水果	麵線糊
19	五	芝麻包 菊花茶	客家炒米粉、菇菇湯、季節水果	山藥瘦肉粥
22	一	榨菜肉絲麵	胚芽米白飯、蠔油雞柳、什錦豆腐、應時青菜、竹筍排骨湯、季節水果	莧菜叻仔魚粥
23	二	黑糖饅頭 牛奶	十六穀米白飯、梅干扣肉、芹香豆包、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	磨菇義大利麵
24	三	客家鹹粥	滷肉飯、筍乾、滷蛋半顆、酸辣湯、季節水果	冰糖雪蓮銀耳湯
25	四	高麗菜瘦肉粥	白飯、醬爆肉片、毛豆滑蛋、應時青菜、牛蒡排骨湯、季節水果	仙草蜜
26	五	雞絲麵	京醬肉絲刈包、蘿蔔魚丸湯、季節水果	地瓜瘦肉粥
29	一	蔬菜雞茸粥	胚芽米白飯、豆瓣魚片、鮮菇雲耳肉片、應時青菜、鳳梨苦瓜排骨湯、季節水果	綠豆湯
30	二	壽司 青菜豆腐湯	十六穀米白飯、洋蔥雞柳、蒸蛋、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	擔仔麵

* 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

