

# 新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

113年05月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	三	五一勞動節 放假一天		
2	四	什錦關廟麵	白飯、香酥雞丁、芝麻長豆、應時青菜、海芽蛋花湯、季節水果	客家鹹稀飯
3	五	麵包 牛奶	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、菇菇湯、季節水果	青菜餛飩湯
6	一	廣東粥	胚芽米白飯、瓜仔肉、滑蛋三絲、應時青菜、肉骨茶湯、季節水果	枸杞芙蓉絲瓜麵線
7	二	果醬吐司 枸杞茶	十六穀米白飯、豆瓣毛豆雞、蘿蔔滷肉、應時青菜、昆布排骨湯、季節水果	陽春麵
8	三	饅頭 豆漿	肉絲蛋炒飯、青菜蛋花湯、季節水果	高麗菜瘦肉粥
9	四	玉米濃湯	白飯、子薑肉絲、蒸蛋、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	綠豆湯
10	五	小蛋糕 牛奶	咖哩雞飯、青木瓜排骨湯、季節水果	廣東粥
13	一	香菇肉燥麵	胚芽米白飯、糖醋魚丁、蔥香菜脯蛋、應時青菜、竹筍雞湯、季節水果	九份芋圓湯
14	二	小籠包 黑豆漿	十六穀米白飯、黃瓜雞柳、三杯麵腸、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	擔仔麵
15	三	黑糖饅頭 菊花茶	客家炒麵、蘿蔔排骨湯、季節水果	玉米雞茸粥
16	四	番茄雞蛋麵	白飯、洋蔥豬柳、海芽炒蛋、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	地瓜瘦肉粥
17	五	麵包 牛奶	番茄肉醬義大利螺旋麵、南瓜濃湯、季節水果	八寶粥
20	一	榨菜肉絲冬粉	胚芽米白飯、滷雞腿、芹香豆包、應時青菜、綜合魚丸湯、季節水果	茶葉蛋 青菜豆腐湯
21	二	鮮奶小饅頭 米漿	十六穀米白飯、梅干蒸肉餅、洋蔥炒蛋、應時青菜、玉米結湯、季節水果	桂圓紅棗銀耳蓮子湯
22	三	壽司 青菜蛋花湯	咖哩烏龍麵、滷蛋、季節水果	皮蛋瘦肉粥
23	四	雞絲麵	白飯、芋頭燒肉、香拌素雞、應時青菜、番茄蛋花湯、季節水果	魷魚羹湯
24	五	蘿蔔貢丸湯	親子丼飯、銀魚豆腐湯、季節水果	南瓜肉絲稀飯
27	一	麵線糊	胚芽米白飯、蠔油雞柳、胡蘿蔔炒蛋、應時青菜、鳳梨苦瓜湯、季節水果	紅豆QQ湯
28	二	芋頭小饅頭 牛奶	十六穀米白飯、黃豆燉肉、糖醋豆包、應時青菜、荊瓜湯、季節水果	關東煮
29	三	芋頭排骨湯	水餃、酸辣湯、季節水果	香菇瘦肉粥
30	四	高麗菜包 豆漿	白飯、蔥燒肉片、蒸蛋、應時青菜、香菇雞湯、季節水果	鍋燒麵
31	五	水煮蛋 養生茶	炸醬麵、金針菇湯、季節水果	山藥瘦肉粥

\* 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

