

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

114年05月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	四	五一勞動節放假一天		
2	五	蔬菜餛飩湯	肉絲玉米炒飯、菇菇湯、季節水果	水煮蛋 麥茶
5	一	廣東粥	胚芽米白飯、瓜仔肉、滑蛋三絲、應時青菜、鳳梨苦瓜雞湯、季節水果	麵線糊
6	二	果醬吐司 紅棗枸杞茶	十六穀米白飯、豆瓣雞、桂竹筍炒肉絲、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	陽春麵
7	三	豆沙包 豆漿	客家炒板條、黃瓜大骨湯、季節水果	關東煮
8	四	鍋燒意麵	白飯、子薑肉絲、三色蛋、應時青菜、冬瓜排骨湯、季節水果	綠豆湯
9	五	小蛋糕 牛奶	金瓜炒米粉、青木瓜排骨湯、季節水果	咖哩湯餃
12	一	香菇肉燥麵	胚芽米白飯、糖醋魚塊、蔥香菜脯蛋、應時青菜、刺瓜肉羹湯、季節水果	紅豆QQ湯
13	二	鮮奶饅頭 豆漿	十六穀米白飯、黃瓜雞柳、蔭鼓豆腐、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	雞絲麵
14	三	玉米雞茸粥	白飯、洋蔥豬柳、玉菜甜不辣、應時青菜、榨菜粉絲湯、季節水果	愛玉檸檬湯
15	四	爆漿麵包 牛奶	肉絲蛋炒飯、香菇竹筍排骨湯、季節水果	蘿蔔糕湯
16	五	玉米濃湯	番茄肉醬義大利麵、冬瓜排骨湯、季節水果	瓠瓜肉末粥
19	一	滑蛋瘦肉粥	胚芽米白飯、滷雞腿、什錦豆包絲、應時青菜、絲瓜豆腐蛋花湯、季節水果	油豆腐細粉湯
20	二	吐司 牛奶	十六穀米白飯、瓜子肉、洋蔥炒蛋、應時青菜、玉米結湯、季節水果	芋香西米露湯
21	三	廣東粥	客家炒麵、番茄排骨湯、季節水果	水晶餃湯
22	四	豚骨拉麵	白飯、芋頭燒肉、香拌素雞、應時青菜、玉米蛋花湯、季節水果	仙草蜜
23	五	黑糖饅頭 豆奶	水餃、酸辣湯、季節水果	肉羹湯
26	一	肉絲湯麵	胚芽米白飯、蠔油雞柳、胡蘿蔔炒蛋、應時青菜、海芽大骨湯、季節水果	豆花甜湯
27	二	芋泥包 豆奶	十六穀米白飯、京醬肉絲、茄汁豆包、應時青菜、瓠瓜魚丸湯、季節水果	枸杞絲瓜麵線
28	三	蔬菜吻仔魚粥	滷肉飯、滷筍干、滷蛋、貢丸湯、季節水果	山藥排骨湯
29	四	皮蛋瘦肉粥	白飯、豆干燒肉、客家紫茄、應時青菜、玉米排骨湯、季節水果	粽子 枸杞菊花茶
30	五	端午節連假愉快		

* 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

