

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

115年 04月

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	三	小肉包 豆漿	肉絲炒麵、冬瓜雞湯、季節水果	鮭魚玉米粥
2	四	米苔目湯	白飯、玉米雞、黃瓜肉片、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	關東煮
3	五	兒童節 連假快樂		
6	一			
7	二	青菜餛飩湯	胚芽米白飯、蘿蔔燒肉、蕃茄炒蛋、應時青菜、玉米結湯、季節水果	芋薯圓甜湯
8	三	什錦米粉湯	咖哩飯、枸杞山藥雞湯、季節水果	玉米肉茸粥
9	四	芙蓉絲瓜麵線	白飯、鹽酥雞、蒸蛋、應時青菜、南瓜湯、季節水果	綠豆湯
10	五	小蛋糕 牛奶	什錦炒飯、紫菜蛋花湯、季節水果	吻仔魚粥
13	一	皮蛋瘦肉粥	十六穀米白飯、粉蒸肉、豆皮白菜滷、應時青菜、蕃茄蛋花湯、季節水果	紅豆湯
14	二	果醬吐司 米漿	胚芽米白飯、香香雞腿、炒雙花、應時青菜、大黃瓜大骨湯、季節水果	蘑菇義大利麵
15	三	奶皇包 豆漿	客家炒麵、菇菇湯、季節水果	米苔目甜湯
16	四	玉米濃湯	白飯、台式滷肉、洋蔥炒蛋、應時青菜、羅宋湯、季節水果	蔬菜湯餃
17	五	芝麻包 牛奶	客家炒板條、金針菇湯、季節水果	茶葉蛋 山藥排骨湯
20	一	水晶餃湯	十六穀米白飯、蠔油雞丁、什錦豆腐、應時青菜、竹筍排骨湯、季節水果	芋頭西米奶露
21	二	黑糖饅頭 牛奶	胚芽米白飯、梅干扣肉、芹香豆腸、應時青菜、香菇雞湯、季節水果	鍋燒意麵
22	三	芋香鹹粥	滷肉飯、滷蛋、炒高麗菜、青菜蛋花湯、季節水果	冰糖雪蓮銀耳湯
23	四	蘿蔔糕湯	白飯、醬爆肉片、毛豆滑蛋、應時青菜、牛蒡排骨湯、季節水果	紅豆麵包 麥茶
24	五	壽司 味噌豆腐湯	水餃、酸辣湯、季節水果	山藥枸杞粥
27	一	香菇肉燥麵	十六穀米白飯、豆瓣魚丁、鮮菇雲耳肉片、應時青菜、鳳梨苦瓜雞湯、季節水果	八寶粥
28	二	蔬菜雞茸粥	胚芽米白飯、洋蔥雞柳、蒸蛋、應時青菜、金針肉絲湯、季節水果	鮭魚羹湯
29	三	鮮奶吐司 豆漿	蕃茄肉醬義大利麵、玉米濃湯、季節水果	台南擔仔麵
30	四	雞蛋饅頭 菊花茶	白飯、薑味雞、豆干小炒、應時青菜、肉骨茶湯、季節水果	紅豆小湯圓

* 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

