

新竹縣私立萊恩幼兒園餐點表

114年12月

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心
1	一	玉米肉末粥	胚芽米白飯、瓜子肉、炒高麗菜、應時青菜、海芽蛋花湯、季節水果	芙蓉絲瓜麵線
2	二	鍋燒意麵	十六穀米白飯、紅燒魚、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果	綠豆湯
3	三	銀絲卷 洛神花茶	親子丼飯、茼瓜湯、季節水果	鮭魚粥
4	四	玉米濃湯	白飯、蠔油雞柳、紅燒冬瓜、應時青菜、福菜肉片湯、季節水果	蘑菇義大利麵
5	五	蘿蔔糕湯	水餃、黃瓜魚湯、季節水果	芋薯圓地瓜湯
8	一	皮蛋瘦肉粥	胚芽米白飯、天香苗味雞、豆腐粉絲煲、應時青菜、紫菜豆腐蛋花湯、季節水果	台南擔仔麵
9	二	果醬吐司 麥茶	十六穀米白飯、鹽酥雞、蒸蛋、應時青菜、冬瓜貢丸湯、季節水果	紅棗山藥雞湯
10	三	香菇肉末粥	什錦炒米粉、玉米結排骨湯、季節水果	紅豆湯
11	四	玉米濃湯	白飯、三杯雞、芹香甘絲、應時青菜、蕃茄蛋花湯、季節水果	麵線羹
12	五	小蛋糕 牛奶	肉絲炒飯、蒜頭雞湯、季節水果	水晶餃湯
15	一	雞絲麵	胚芽米白飯、冬瓜滷肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、百菇湯、季節水果	關東煮
16	二	山藥薏仁湯	十六穀米白飯、馬鈴薯燉肉、茄汁豆包、應時青菜、芥菜雞湯、季節水果	貢丸意麵
17	三	香菇雞肉粥	番茄肉醬義大利麵、南瓜濃湯、季節水果	紅豆QQ湯
18	四	奶皇包 決明子茶	白飯、油蔥香雞、滷豆包、應時青菜、羅宋湯、季節水果	魷魚羹麵
19	五	什錦麵疙瘩	夏威夷炒飯、香菇冬瓜雞湯、季節水果	紅豆小湯圓
22	一	吻仔魚粥	胚芽米白飯、滷棒棒腿、蔥炒麵腸、應時青菜、金針菇湯、季節水果	豆花湯
23	二	爆漿麵包 菊花茶	十六穀米白飯、毛豆雞丁、涼薯炒蛋、應時青菜、豆腐蛋花湯、季節水果	肉燥米粉湯
24	三	地瓜瘦肉粥	滷肉飯、滷蛋、滷筍干、牛蒡排骨湯、季節水果	咖哩湯餃
25	四	行憲紀念日 放假一天		
26	五	小肉包 桂圓紅棗茶	水餃、酸辣湯、季節水果	菠菜滑蛋粥
29	一	餛飩麵	胚芽米白飯、玉米雞丁、三色蛋、應時青菜、味噌海帶銀芽湯、季節水果	八寶粥
30	二	芋頭鹹粥	十六穀米白飯、蔥爆豬柳、白菜滷、應時青菜、鳳梨苦瓜雞湯、季節水果	湯板條
31	三	壽司 味噌豆腐湯	咖哩飯、黃耆雞湯、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

