

STATION	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY 3.1	THURSDAY 3.2	FRIDAY 3.3
ES Morning Snack 小学间点			Apple 苹果 Fruit Jam Cake 果酱蛋糕 Plain Yogurt 原味酸奶	Pear 梨 Muffin 巧克力玛芬 Juice 果汁	Orange 桔子 Banana Bread 香蕉包 Lime Apple Water 青柠苹果水

Nutritional Facts 营养成分表 (100g)	Energy 能量(Kcal)			211	214	176
	Protein 蛋白质(g)			5.4	3.6	3.2
	Carb 碳水化合物(g)			28.9	35.3	34.1
	Fat 脂肪(g)			8.4	7.0	3.4

STATION	MONDAY 3.6	TUESDAY 3.7	WEDNESDAY 3.8	THURSDAY 3.9	FRIDAY 3.10
ES Morning Snack 小学间点	Banana 香蕉 Oatmeal Cookies 燕麦饼干 Juice 果汁	Orange 桔子 Egg Tart 蛋挞 Fresh Milk 鲜牛奶	Apple 苹果 Raisin Bread 葡萄干面包 Flavored Yogurt 果味酸奶	Dragon Fruit 火龙果 Banana Cake 香蕉包 Juice 果汁	Pear 梨 Carrot Cake 胡萝卜蛋糕 Fresh Milk 鲜牛奶

Nutritional Facts 营养成分表 (100g)	Energy 能量(Kcal)	192	202	191	192	232
	Protein 蛋白质(g)	6.6	5.3	6.0	3.7	5.7
	Carb 碳水化合物(g)	34.2	23.6	30.9	37.4	25.2
	Fat 脂肪(g)	3.7	9.5	5.1	3.4	12.5

STATION	MONDAY 3.13	TUESDAY 3.14	WEDNESDAY 3.15	THURSDAY 3.16	FRIDAY 3.17
ES Morning Snack 小学间点	Banana 香蕉 Danish 丹麦 Juice 果汁	Orange 桔子 Pineapple Bun 菠萝包 Fresh Milk 鲜牛奶	Apple 苹果 Chocolate Cake 巧克力蛋糕 Plain Yogurt 原味酸奶	Pear 梨 Muffin 玛芬 Juice 果汁	Honey Melon 哈密瓜 Banana Bread 香蕉包 Lime Apple Water 青柠苹果水

Nutritional Facts 营养成分表 (100g)	Energy 能量(Kcal)	187	207	258	214	167
	Protein 蛋白质(g)	5.0	6.5	5.6	3.6	3.1
	Carb 碳水化合物(g)	40.3	31.4	30.5	35.3	32.1
	Fat 脂肪(g)	1.3	6.1	13.0	7.0	3.4

STATION	MONDAY 3.20	TUESDAY 3.21	WEDNESDAY 3.22	THURSDAY 3.23	FRIDAY 3.24
ES Morning Snack 小学间点	Banana 香蕉 Butter Cookies 黄油曲奇 Juice 果汁	Orange 桔子 Egg Tart 蛋挞 Fresh Milk 鲜牛奶	Apple 苹果 Raisin Bread 葡萄干面包 Plain Yogurt 原味酸奶	Pear 梨 Muffin 玛芬 Fresh Milk 鲜牛奶	Orange 桔子 Chiffon Cake 戚风蛋糕 Juice 果汁

Nutritional Facts 营养成分表 (100g)	Energy 能量(Kcal)	237	202	191	231	186
	Protein 蛋白质(g)	3.1	5.3	6.0	5.9	4.8
	Carb 碳水化合物(g)	34.7	23.6	30.9	28.8	27.1
	Fat 脂肪(g)	9.7	9.5	5.1	10.7	6.7

# WEEKLY MENU

STATION	MONDAY 3.27	TUESDAY 3.28	WEDNESDAY 3.29	THURSDAY 3.30	FRIDAY 3.31
ES Morning Snack 小学间点	Banana 香蕉 Oatmeal Cookies 燕麦饼干 Juice 果汁	Orange 桔子 Egg Tart 蛋挞 Fresh Milk 鲜牛奶	Apple 苹果 Chocolate Cake 巧克力蛋糕 Flavored Yogurt 果味酸奶	Dragon Fruit 火龙果 Banana Cake 香蕉包 Juice 果汁	Pear 梨 Carrot Cake 胡萝卜蛋糕 Fresh Milk 鲜牛奶

Nutritional Facts 营养成分表 (100g)	Energy 能量(Kcal)	192	202	227	192	232
	Protein 蛋白质(g)	6.6	5.3	5.5	3.7	5.7
	Carb 碳水化合物(g)	34.2	23.6	27.4	37.4	25.2
	Fat 脂肪(g)	3.7	9.5	10.7	3.4	12.5