

WEEKLY MENU

STATION	MONDAY 12.4	TUESDAY 12.5	WEDNESDAY 12.6	THURSDAY 12.7	FRIDAY 12.8
ES Morning Snack 小学上午 间点	Orange 桔子 100% Juice 100%果汁	Banana 香蕉 Milk 牛奶	Pear 梨 Red Bean Soup 红豆汤	Dragon Fruit 火龙果 100% Juice 100%果汁	Apple 苹果 Yogurt 酸奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Danish 丹麦 Apple Fruit Water 苹果水	Salty Scallion Bread 香葱咸味面包 Fruit Infused Water 果泡水	Green Bean Pastry 绿豆饼 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水	Cheese Sandwich 奶酪三明治 Milk 牛奶	Ham Bread Roll 火腿面包卷 Pear Water 梨水

NUTRITIONAL FACTS 营养成分表 (100g)

Energy 能量(Kcal)	Protein 蛋白质(g)	Carb 碳水化合物(g)	Fat 脂肪(g)
254	10.6	32.3	9.2

WEEKLY MENU

STATION	MONDAY 12.11	TUESDAY 12.12	WEDNESDAY 12.13	THURSDAY 12.14	FRIDAY 12.15
ES Morning Snack 小学上午 间点	Pear 梨 100% Juice 100%果汁	Honey Melon 哈密瓜 Milk 牛奶	Banana 香蕉 100% Juice 100%果汁	Orange 桔子 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水	Apple 苹果 Yogurt 酸奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Pumpkin & Milk Bun 南瓜奶香包 Apple Fruit Water 苹果水	Meat Floss Bun 肉松面包 Pear Water 梨水	Scallion Biscuit 香葱饼干 Red Bean Soup 红豆汤	Red Bean Pastry 红豆饼 Milk 牛奶	Cheese Sandwich 奶酪三明治 Fruit Infused Water 果泡水

NUTRITIONAL FACTS 营养成分表 (100g)

Energy 能量(Kcal)	Protein 蛋白质(g)	Carb 碳水化合物(g)	Fat 脂肪(g)
236	9.6	33.3	7.2

WEEKLY MENU

STATION	MONDAY 12.18	TUESDAY 12.19	WEDNESDAY 12.20	THURSDAY 12.21	FRIDAY 12.22
ES Morning Snack 小学上午 间点	Dragon Fruit 火龙果 100% Juice 100%果汁	Apple 苹果 Milk 牛奶	Orange 桔子 Red Bean Paste with Coconut Milk 椰奶红豆沙	Pear 梨 100% Juice 100%果汁	Honey Melon 哈密瓜 Yogurt 酸奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Ham Bread Roll 火腿面包卷 Apple Fruit Water 苹果水	Muffin 玛芬 Fruit Infused Water 果泡水	Christmas Special 圣诞美食  Christmas Cookie 圣诞饼干 Milk 牛奶	Focaccia 意式香草面包 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水	Holiday

NUTRITIONAL FACTS 营养成分表 (100g)

Energy 能量(Kcal)	Protein 蛋白质(g)	Carb 碳水化合物(g)	Fat 脂肪(g)
241	9.6	32.3	8.2