

STATION	MONDAY 4.8	TUESDAY 4.9	WEDNESDAY 4.10	THURSDAY 4.11	FRIDAY 4.12
ES Morning Snack 小学上午 间点	Garlic Bread 蒜香面包 Milk 牛奶	Steamed Custard Bun 奶黄包 Yogurt 酸奶	Red Bean Pastry 红豆饼 100% Juice 100%果汁	Raisin Cake 提子蛋糕 Fruit Infused Water 果泡水	Waffle 华夫饼 Milk 牛奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Muffin 玛芬 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水	French Toast 法式吐司 Pear Water 梨水	Fruit Jam Cake 果酱蛋糕 Red Bean Paste with Coconut Milk 椰奶红豆沙	Meat Floss Bun 肉松面包 100% Juice 100%果汁	Sausage Rolls 香肠卷 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)
244	9.6	35.3	7.2

STATION	MONDAY 4.15	TUESDAY 4.16	WEDNESDAY 4.17	THURSDAY 4.18	FRIDAY 4.19
ES Morning Snack 小学上午 间点	Egg Custard Bun 流沙包 100% Juice 100%果汁	Break	Mini Croissant 小牛角 Milk 牛奶	Waffle 华夫饼 Fruit Infused Water 果泡水	Osmanthus Cake 桂花糕 Yogurt 酸奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Muffin 玛芬 Apple Fruit Water 苹果水		French Toast 法式吐司 Pear Water 梨水	Egg Tart 蛋挞 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水	Banana Bread 香蕉包 Red Bean Soup 红豆汤

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)
245	10.6	32.3	8.2

STATION	MONDAY 4.22	TUESDAY 4.23	WEDNESDAY 4.24	THURSDAY 4.25	FRIDAY 4.26
ES Morning Snack 小学上午 间点	Scallion Biscuit 香葱饼干 Milk 牛奶	Garlic Bread 蒜香面包 Yogurt 酸奶	Red Bean Bun 豆沙包 100% Juice 100%果汁	Danish 丹麦 Fruit Infused Water 果泡水	Sausage Rolls 香肠卷 Milk 牛奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Pumpkin & Milk Bun 南瓜奶香包 Apple Fruit Water 苹果水	Chiffon Cake 戚风蛋糕 Pear Water 梨水	Meat Floss Bun 肉松面包 Red Bean Soup 红豆汤	Fruit Jam Cake 果酱蛋糕 100% Juice 100%果汁	Cheese Sandwich 奶酪三明治 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水

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

STATION	MONDAY 4.29	TUESDAY 4.30	WEDNESDAY 5.1	THURSDAY 5.2	FRIDAY 5.3
ES Morning Snack 小学上午 间点	Egg Custard Bun 流沙包 100% Juice 100%果汁	Waffle 华夫饼 Milk 牛奶	Holiday	Red Bean Pastry 红豆饼 Milk 牛奶	Corn Cake 玉米糕 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		Banana Bread 香蕉包 100% Juice 100%果汁	Raisin Cake 提子蛋糕 Red Bean Paste with Coconut Milk 椰奶红豆沙

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)
246	11.0	32.3	8.2