

STATION	MONDAY 5.6	TUESDAY 5.7	WEDNESDAY 5.8	THURSDAY 5.9	FRIDAY 5.10
ES Morning Snack 小学上午 间点	Muffin 玛芬 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	Garlic Bread 蒜香面包 Water Chestnut & Honey Water 蜂蜜马蹄水	Banana Bread 香蕉包 Pear Water 冰糖梨水	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 Milk 牛奶	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 5.13	TUESDAY 5.14	WEDNESDAY 5.15	THURSDAY 5.16	FRIDAY 5.17
ES Morning Snack 小学上午 间点	Egg Custard Bun 流沙包 100% Juice 100%果汁	 Brown Sugar Cake 红糖发糕 Milk 牛奶	Mini Croissant 小牛角 Yogurt 酸奶	Waffle 华夫饼 Fruit Infused Water 果泡水	Osmanthus Cake 桂花糕 Milk 牛奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	Muffin 玛芬 Milk 牛奶	 Carrot Cake 胡萝卜蛋糕 Sweet& Sour Plum Soup 酸梅汤	 Marble Cake 大理石蛋糕 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)
258	11.6	32.3	9.2

STATION	MONDAY 5.20	TUESDAY 5.21	WEDNESDAY 5.22	THURSDAY 5.23	FRIDAY 5.24
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	 Pineapple Bun 港式菠萝包 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 Milk 牛奶	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 5.27	TUESDAY 5.28	WEDNESDAY 5.29	THURSDAY 5.30	FRIDAY 5.31
ES Morning Snack 小学上午 间点	Jujube Cake 红枣糕 Milk 牛奶	Chiffon Cake 戚风蛋糕 100% Juice 100%果汁	Raisin Cake 提子蛋糕 Fruit Infused Water 果泡水	Corn Cake 玉米糕 Milk 牛奶	Red Bean Pastry 红豆饼 Yogurt 酸奶
ES Afternoon Snack 小学下午 间点	 Coconut Cracker 椰蓉饼干 Sweet& Sour Plum Soup 酸梅汤	Carrot Cake 胡萝卜蛋糕 Milk 牛奶	Sausage Rolls 香肠卷 Apple Fruit Water 苹果水	 Banana Bread 香蕉包 Mung Bean Soup 绿豆汤	 Children's Festival 儿童节 "Smiling Face" Hash Brown 笑脸薯饼 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)
262	11.0	36.3	8.2