

WEEKLY MENU

STATION	MONDAY 12.1	TUESDAY 12.2	WEDNESDAY 12.3	THURSDAY 12.4	FRIDAY 12.5
ES Morning Snack 小学 上午间点	Banana Bread 香蕉包 Milk 牛奶	Red Date Roll 红枣卷 Apple 苹果	Bean Paste Bun 豆沙包 Fruit Infused Water 果泡水	Chiffon Cake 戚风蛋糕 Pear 梨	Swiss Roll 瑞士卷 100% Juice 100%果汁
ES Afternoon Snack 小学 下午间点	Chocolate Muffin 巧克力玛芬 Fruit Infused Water 果泡水	Meat Floss Bun 肉松面包 Passion Fruit and Lemon Water 百香果柠檬水	Salty Scallion Bread 香葱咸味面包 Milk 牛奶	Raisin Bread 葡萄干软包 Red Bean Paste with Coconut Milk 椰奶红豆沙	Potato Balls 咸味薯球 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)
285	11.8	41.4	8.4

WEEKLY MENU



STATION	MONDAY 12.8	TUESDAY 12.9	WEDNESDAY 12.10	THURSDAY 12.11	FRIDAY 12.12
ES Morning Snack 小学 上午间点	Butter Cake 黄油蛋糕 Milk 牛奶	Banana Bread 香蕉包 Pear 梨	Brown Sugar Steam Sponge Cake 红糖发糕 Fruit Infused Water 果泡水	Milk Custard Bun 奶香流沙包 Apple 苹果	Steamed Traditional Cake 原味蛋糕 100% Juice 100%果汁
ES Afternoon Snack 小学 下午间点	Coconut Cracker 椰蓉饼干 Honey & Jujube Water 蜂蜜红枣水	Ham Bread Roll 火腿面包卷 Osmanthus and Red Bean Soup 桂花红豆汤	Dorayaki 铜锣烧 Milk 牛奶	Egg Tarts 蛋挞 Apple Pear Soup 苹果梨汤	Red Bean Bread 豆沙面包 Pear and Water Chestnut Soup 冰糖雪梨马蹄水

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)
290	11.0	43.4	8.3

WEEKLY MENU

STATION	MONDAY 12.15	TUESDAY 12.16	WEDNESDAY 12.17	THURSDAY 12.18	FRIDAY 12.19
ES Morning Snack 小学 上午间点	Cheese Toast 乳酪吐司 Lemon Water 柠檬水	Jujube Cake 北京枣糕 Pear 梨	Waffle 华夫饼 Fruit Infused Water 果泡水	Christmas Special 圣诞美食 Christmas Cookie 圣诞饼干 Apple 苹果	Hash Brown 薯饼 100% Juice 100%果汁
ES Afternoon Snack 小学 下午间点	Nori Bread 海苔面包 Hawthorn & Jujube Water 蜂蜜山楂红枣水	Cranberry Scone 蔓越莓司康饼 Red Bean and Barley 红豆薏米水	Green Bean Pastry 绿豆饼 Milk 牛奶	Chocolate Cake 巧克力蛋糕 Apple Pear Soup 圣诞苹果汤	

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)
275	10.5	43.5	6.8