

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/05/20--05/24

星期	類型	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐 (住宿生)	粥類	清粥	銀魚干貝粥 小米粥	生魚粥 地瓜粥	胡蘿蔔瘦肉粥 燕麥粥	香菇瘦肉粥 八寶粥
	主食	蔥油面包 炒米粉	鴨肉冬粉 酸菜豬肉麵包	炸醬麵 岩燒乳酪蛋糕	西紅柿肉醬通心粉 蒜香厚片	刈包 蔥花雞蛋 肉鬆 花生粉 咸菜末
	粗糧	小紅薯	小土豆 花生	玉米棒 南瓜	香芋	小紅薯
	飲品	豆漿	黑豆漿	米漿	豆漿	黑芝麻糊
	其他	時蔬+水煮蛋+蘋果	時蔬+水煮蛋+蘋果	時蔬+水煮蛋+蘋果	時蔬+水煮蛋+蘋果	時蔬+水煮蛋+蘋果
上午點心8:30		小紅薯/水果	濕花生/水果	玉米棒/水果	餛飩/水果	毛豆角/水果
午餐水果		西瓜	芭樂	沃柑	香蕉	小番茄
午餐	主葷	馬蹄蒸肉餅	咖喱土豆蘿蔔肉片(大碗)	腐竹肝連肉	粉蒸排骨-土豆	濃香雞翅煲
	主葷	豬肉包菜燉粉條	蠔油蒸排骨	香菇燉雞	京醬肉絲	花椰菜炒魚丸
	副菜	蒜苗炒萵筍片	羅漢齋	雲耳青瓜	彩椒炒杏鮑菇	蠔油冬瓜
	副菜	素炒豆皮	彩椒炒西藍花	青圓椒炒秀珍菇	蒜苗炒豆干	金針菇燒豆腐
	蔬菜	菠菜	娃娃菜	奶白菜	上海青	油麥菜
	湯類	肉末酸辣湯	裙帶菜豆腐蝦米湯	柴魚味增湯	西紅柿金針菇湯	玉米濃湯
下午點心14:00		小餅乾	酸菜豬肉麵包	岩燒乳酪蛋糕	黑芝麻核桃包	炸薯餅
晚餐 (住宿生)	主葷	黃豆醬燜鴨	紅燒獅子頭	冬瓜燉鴨	西芹拌炒叉燒肉	
	主葷	白玉菇炒肉片	肉絲炒豆干	排骨燒玉米棒	香菇紅燜燉雞	
	副菜	肉末蒸水蛋(淋汁)	奶油玉米	韭菜銀芽	素炒萵筍	
	副菜	毛豆仁炒火腿	番茄雞蛋	香芹炒千張	油豆腐白菜煲	
	蔬菜	上海青	油麥菜	菠菜	菜心	
	湯類	紅棗烏雞湯	菜乾胡蘿蔔瘦肉湯	枸杞葉豬肝瘦肉湯	粉葛瘦肉湯	