

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/09/16--09/20

星期	類型	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐 (住宿生)	粥類	燕麥粥	地瓜粥 海帶絲瘦肉粥	小米粥 狀元粥	八寶粥 生魚粥
	主食	蛋炒米粉 炸小饅頭	玉米球麵包 紅糖馬蹄糕	岩燒乳酪蛋糕 沙茶麵	烤甜甜圈 蘿蔔糕
	粗糧	小紅薯	小土豆 花生	玉米棒 南瓜	淮山
	飲品	豆漿	黑豆漿	米漿	豆漿
	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
上午點心8:30		小紅薯/水果	馬蹄糕/水果	玉米棒/水果	紅豆湯圓/水果
午餐水果		西瓜	芭樂	香蕉	小番茄
午餐	主葷	醬滷鴨	泰式打拋肉	麻油雞	玉米燉排骨
	主葷	馬蹄胡蘿蔔蒸肉餅	鹽酥雞塊	青筍炒肉片	酸菜鴨肉
	副菜	金針菇日本豆腐	大碗麵	韭菜炒豆芽	毛豆仁炒火腿
	副菜	蝦米燒冬瓜	青瓜炒火腿	肉末土豆絲	肉末燒豆腐
	蔬菜	上海青	菜心	上海青	菠菜
	湯類	枸杞葉豬肝豬骨湯	柴魚味噌湯	蓮藕花生豬骨湯	淮山胡蘿蔔瘦肉湯
下午點心14:00		紅豆面包	芝麻餅乾	岩燒乳酪蛋糕	煎蘿蔔糕
晚餐 (住宿生)	主葷	土豆燉排骨	海帶結燒肉	紅燒肝連肉	
	主葷	粉蒸肉	關東煮	西芹炒雞丁	
	副菜	蒜苗炒南瓜丁	素炒西藍花	蠔油胡瓜	
	副菜	蠔油胡蘿蔔絲	彩椒炒杏鮑菇	番茄炒雞蛋	
	蔬菜	長白菜	娃娃菜	油麥菜	
	湯類	裙帶菜豆腐蝦米湯	冬瓜玉米雞架湯	玉米濃湯	