

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/11/04--11/08

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	銀魚幹貝粥 小米粥	白蘿蔔瘦肉粥 地瓜粥	雞茸粥 燕麥粥	生魚粥 八寶粥
	主食	炸饅頭 炒大碗面	甜味卷 蘿蔔糕	巧克力蛋糕 西紅柿肉醬貝殼粉	岩燒乳酪蛋糕 沙茶麵	肉鬆辮子麵包 西芹貢丸+水餃
	粗糧	小紅薯	小土豆 花生	香芋	玉米棒 南瓜	淮山
	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	鵪鶉蛋/水果	水餃/水果
午餐水果		橘子	芭樂	香梨	香蕉	小番茄
午餐	主葷	滷雞塊	免治豬肉(大碗)	粉蒸排骨	土豆肝連肉	烤雞翅
	主葷	豬肉包菜燉粉條	烤奧爾良雞腿	豆芽香芹炒肉絲	小雞燉蘑菇	腐竹燒肉
	副菜	素炒萵筍片	羅漢齋	蠔油杏鮑菇	毛豆仁炒火腿	蝦米燒冬瓜
	副菜	奶油玉米	蠔油炒西蘭花	木耳炒青瓜	爆炒胡蘿蔔絲	油豆腐白菜煲
	蔬菜	長白菜	娃娃菜	菜心	水白菜	上海青
	湯類	西紅柿金針菇湯	裙帶菜豆腐蝦米湯	胡蘿蔔玉米紅棗雞湯	柴魚味噌湯	玉米濃湯
下午點心14:00		雞尾面包	煎蘿蔔糕	黑糖三角包	煎蛋餅	蛋撻
晚餐 (住宿生)	主葷	養生小排	粉絲金針菇蒸魚柳	窯鴨	西芹拌炒叉燒肉	
	主葷	西紅柿炒雞肉	香腸雞蛋炒肉片	紅燒獅子頭	三杯雞	
	副菜	蒸水蛋	素炒土豆絲	韭菜銀芽	肉末炒土豆絲	
	副菜	香芹炒腐竹	香炒豆干	番茄雞蛋	大蔥炒藕片	
	蔬菜	菜心	油麥菜	奶白菜	油麥菜	
	湯類	紅棗烏雞湯	粉葛瘦肉湯	娃娃菜豆腐湯	菌菇瘦肉湯	