

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/11/18--11/22

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 豬肝粥	銀魚冬菜干貝粥 小米粥	雞茸粥 花生紅豆粥	西芹貢丸粥 燕麥粥	菜心瘦肉粥 南瓜粥
	主食	蔥油火腿麵包 肉絲炒大碗麵	七彩粒麵包 蘿蔔糕	綠茶蛋糕 炸醬麵	沙拉肉鬆烤厚片 桂林米粉	漢堡 肉餅 韭菜煎蛋 西紅柿片 酸甜青瓜片
	粗糧	小紅薯	小土豆 花生	玉米棒 南瓜	香芋	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	毛豆角/水果	黑芝麻湯圓/水果
午餐水果		橘子	芭樂	香梨	香蕉	小番茄
午餐	主葷	醬滷鴨	咖喱胡蘿蔔土豆肉片 (大碗)	奧爾良烤雞扒	荷葉蒸雞	金針菇粉絲蒸魚柳
	主葷	麻油燒雞塊	香菇燉雞	肉末蒸豆腐	香腸土豆炒肉片	關東煮
	副菜	番茄燒日本豆腐	蠔油花椰菜	滷海帶結	蒜香西藍花	韭菜蘭花幹炒豆芽
	副菜	蝦米燒冬瓜	炒十香菜	沙葛玉米粒	青瓜炒木耳	醋溜土豆絲
	蔬菜	上海青	菜心	長白菜	娃娃菜	上海青
	湯類	蟲草花烏雞湯	玉米濃湯	枸杞葉豬肝豬骨湯	柴魚味噌湯	蓮藕花生豬骨湯
下午點心14:00		杯子蛋糕	煎蘿蔔糕	豬肉豆角包	小餅乾	鳳梨面包
晚餐 (住宿生)	主葷	養生小排	蘿蔔燒肉	酸菜紅燒肉	土豆燉肝連肉	
	主葷	馬蹄蒸肉餅	糯米珍珠丸子	窯鴨	韭黃炒肉絲	
	副菜	韭菜炒豆干	蒜蓉炒胡瓜	蝦米炒南瓜丁	香芹花生	
	副菜	毛豆仁炒火腿	番茄炒雞蛋	胡蘿蔔絲炒肉絲	彩椒炒杏鮑菇	
	蔬菜	高麗菜	油麥菜	芥菜	菜心	
	湯類	娃娃菜豆腐湯	菌菇瘦肉湯	裙帶菜豆腐蝦米湯	蓮子百合紅棗雞湯	