

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/11/25--11/29

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		海帶絲瘦肉粥 小米粥	生魚粥 地瓜粥	白蘿蔔瘦肉粥 燕麥粥	雞茸粥 紅豆花生粥
	主食		烤甜甜圈 香芋糕	提子蛋糕 湯蔬菜麵	花生芝麻烤厚片 意大利肉醬麵	奶油饅頭 蔥花雞蛋 炸薯餅
	粗糧		小土豆 花生	玉米棒 南瓜	香芋	淮山
	飲品		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
上午點心8:30		小紅薯/水果	濕花生/水果	玉米棒/水果	雲吞/水果	湯圓/水果
午餐水果		橘子	芭樂	香梨	香蕉	小番茄
午餐	主葷	滷雞腿	鹽焗鴨	粉蒸肉	免治豬肉	豆腐蒸魚柳
	主葷	豬肉包菜燉粉條	花椰菜炒魚丸片	小雞燉蘑菇	黑椒汁烤雞扒	土豆玉米燜雞
	副菜	蒜苗炒萵筍片	羅漢齋	青瓜炒花生	大碗麵	蠔油冬瓜
	副菜	肉末土豆絲	奶油玉米	爆炒胡蘿蔔絲	鹵水豆幹	香芹炒腐竹
	蔬菜	菜心	水白菜	娃娃菜	上海青	油麥菜
	湯類	娃娃菜豆腐湯	菜乾胡蘿蔔瘦肉湯	柴魚味噌湯	西紅柿金針菇湯	玉米濃湯
下午點心14:00		燒麥	蛋撻	梅菜豬肉包	果醬三文治	炸薯餅
晚餐 (住宿生)	主葷	排骨燉玉米	土豆燒肉	紅燒肝連肉	西芹拌炒叉燒肉	
	主葷	西紅柿炒雞肉	紅燒獅子頭	木耳香芹炒肉片	三杯雞	
	副菜	韭菜銀芽	毛豆仁炒肉末	貢丸炒土豆片	素炒土豆絲	
	副菜	蒸水蛋(淋汁)	番茄雞蛋	豆腐肉末	平菇炒高麗菜	
	蔬菜	上海青	油麥菜	奶白菜	菜心	
	湯類	紅棗烏雞湯	裙帶菜豆腐蝦米湯	蓮子百合紅棗雞湯	粉葛瘦肉湯	