

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/12/09--12/13

| 星期          | 類型 | 星期一       | 星期二              | 星期三       | 星期四        | 星期五              |
|-------------|----|-----------|------------------|-----------|------------|------------------|
| 早餐<br>(住宿生) | 粥類 |           | 海帶絲瘦肉粥 地瓜粥       | 生魚粥 燕麥粥   | 雞茸粥 南瓜粥    | 狀元粥 八寶粥          |
|             | 主食 |           | 香芋面包<br>西紅柿肉醬螺螄粉 | 蒜香厚片 炸醬麵  | 巧克力蛋糕 桂林米粉 | 香菇培根麵包<br>湯肉絲刀削麵 |
|             | 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    | 毛豆角/水果           | 玉米棒/水果    | 鵪鶉蛋/水果     | 濕花生/水果           |
| 午餐水果        |    | 橘子        | 芭樂               | 香梨        | 香蕉         | 小番茄              |
| 午餐          | 主葷 | 鹽焗鴨       | 免治豬肉(大碗)         | 烤黑椒雞扒     | 糖醋排骨       | 豆腐蒸魚柳            |
|             | 主葷 | 豆角胡蘿蔔丁炒肉末 | 香菇燉雞             | 肉末蒸豆腐     | 三杯雞        | 三杯鴨              |
|             | 副菜 | 韭菜炒豆幹     | 蠔油西蘭花            | 滷海帶結      | 彩椒炒杏鮑菇     | 香芹炒豆芽            |
|             | 副菜 | 蠔油蝦米燒冬瓜   | 炒十香菜             | 爆炒胡蘿蔔絲    | 青瓜炒腐竹      | 韭菜豬血             |
|             | 蔬菜 | 上海青       | 高麗菜              | 長白菜       | 娃娃菜        | 上海青              |
|             | 湯類 | 娃娃菜豆腐湯    | 柴魚味噌湯            | 枸杞葉豬肝瘦肉湯  | 玉米濃湯       | 蓮藕花生瘦肉湯          |
| 下午點心14:00   |    | 肉鬆辮子面包    | 煎蘿蔔糕             | 紅糖三角包     | 燒麥         | 小餅乾              |
| 晚餐<br>(住宿生) | 主葷 | 土豆燒肉      | 玉米燉排骨            | 酸菜紅燒肉     | 紅燒肝連肉      |                  |
|             | 主葷 | 雞蛋蒸肉餅     | 青椒炒肉絲            | 關東煮       | 糯米珍珠丸子     |                  |
|             | 副菜 | 紅燒日本豆腐    | 蒜苗炒南瓜丁           | 千張芹菜炒木耳   | 香芹花生       |                  |
|             | 副菜 | 毛豆仁炒火腿    | 清炒筍片             | 沙葛玉米粒     | 番茄炒雞蛋      |                  |
|             | 蔬菜 | 菜心        | 油麥菜              | 菠菜        | 菜心         |                  |
|             | 湯類 | 蟲草花烏雞湯    | 菌菇瘦肉湯            | 裙帶菜豆腐蝦米湯  | 四神瘦肉湯      |                  |