

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/02/26--03/01

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	地瓜粥	銀魚干貝粥	南瓜粥	生魚粥	小米粥
	主食	炸甜甜圈 炒米粉	蔥花香菇培根卷 湯大碗麵	芝麻花生烤厚片 炸醬麵	巧克力蛋糕 桂林米粉	熱狗麵包 西紅柿肉醬通心粉
	粗糧	小紅薯	雜糧糕	玉米棒 南瓜	叉燒小籠包	小紅薯
	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	雜糧糕/水果	玉米棒/水果	紅豆湯圓/水果	熱狗麵包/水果
午餐水果	水果	芭樂	橘子	小番茄	香蕉	橘子
午餐	主葷	香滷雞腿	香菇肉燥	雞蛋蒸肉餅	意大利肉醬	金針菇蒸魚柳
	主葷	番茄腐竹炒肉片	黃燜鴨肉	香菇燉雞肉	烤雞扒	養生小排骨
	副菜	蒜香炒萵筍	蠔油炒西藍花	紅燒冬瓜	大鍋面	燴三鮮
	副菜	肉絲炒胡蘿蔔絲	五花肉炒土豆片	平菇娃娃菜	醋溜土豆絲	云耳青瓜
	蔬菜	油麥菜	大白菜	上海青	油麥菜	奶白菜
	湯類	玉米胡蘿蔔淮山瘦肉湯	肉末酸辣湯	蟲草花瘦肉湯	柴魚味增湯	枸杞葉豬肝瘦肉湯
下午點心14:00		炸甜甜圈	煎蘿蔔糕	餅乾	叉燒包	燒麥
晚餐 (住宿生)	主葷	梅菜控肉	紅燒排骨	三杯雞	外婆紅燒肉-鵪鶉蛋	南洋蔥油雞
	主葷	椰菜炒魷魚	西紅柿肉絲面	虎皮肉卷	洋蔥香菇燒雞肉	雙菇炒肉絲
	副菜	醋溜炒蓮藕	蒸雞蛋羹	韭菜肉絲炒豆干	貢丸大白菜	清炒西藍花
	副菜	馬蹄炒玉米	杏鮑菇炒肉末	糖醋藕片	西紅柿炒蛋	蠔油炒千張
	蔬菜	上海青	菜心	青小白菜	菜心	高麗菜
	湯類	裙帶菜豆腐蝦米湯	西洋菜蜜棗瘦肉湯	西紅柿金針菇湯	紅棗烏雞湯	玉米龍骨湯