

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2024/12/23--12/29

星期	類型	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐 (住 宿 生)	粥類		海帶絲瘦肉粥 紅棗枸杞粥	雞茸粥 燕麥粥	白蘿蔔絲粥 南瓜粥	菜心瘦肉粥 紫薯黑米粥		
	主食		蔥花火腿卷麵包 沙茶麵	桂林米粉 岩燒乳酪蛋糕	酥皮麵包 港式蘿蔔糕	刈包 蔥花煎蛋 咸菜 花生粉 肉鬆		
	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	水餃/水果	濕花生/水果		小紅薯/水果
午餐水果		橘子	芭樂	蘋果	香蕉	小番茄		橘子
午餐	主葷	鹵水鴨邊	玉米燉排骨	番茄意大利醬 (大碗)	胡蘿蔔燉排骨	免治豬肉 (大碗)		香滷小雞腿
	主葷	西芹香菇炒肉片	宮爆雞丁	奧爾良烤雞腿	關東煮	玉米土豆燜雞		貢丸金針菇肉片
	副菜	炒十香菜	腐竹炒包菜	意大利麵	菜鋪炒蛋	蠔油炒西蘭花		蠔油冬瓜
	副菜	爆炒胡蘿蔔絲	甜椒炒杏鮑菇	云耳青瓜	蠔油南瓜丁	三色玉米		番茄炒白花菜
	蔬菜	油麥菜	菜心	菠菜	油麥菜	水白菜		菜心
	湯類	裙帶菜豆腐蝦米湯	冬瓜瘦肉湯	玉米濃湯	柴魚味噌湯	蓮子百合紅棗雞湯		平菇蛋湯
下午點心 14:00		酸菜豬肉包	蛋撻	奶黃包	煎蘿蔔糕	貝殼饅頭		果醬三文治
晚餐 (住 宿 生)	主葷	虎皮肉卷	台式外婆紅燒肉-鵝鶉蛋	土豆肝連肉	酸梅鴨			粉絲蒸魚柳
	主葷	西紅柿炒雞丁	蒼蠅頭	糯米蒸丸子	香菇燴雞肉			豆干炒五花肉
	副菜	大蔥炒蓮藕	毛豆仁炒火腿	素炒白蘿蔔絲	粉絲燴三鮮			爆炒毛豆仁
	副菜	花生青瓜	馬蹄炒玉米	貢丸大白菜	肉末炒土豆片			木耳炒土豆絲
	蔬菜	芥菜	奶白菜	上海青	菜心			長白菜
	湯類	玉米胡蘿蔔淮山瘦 肉湯	娃娃菜豆腐湯	枸杞豬肝瘦肉湯	菌菇烏雞湯			蓮藕花生豬骨湯