

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2025/06/09--06/13

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		白蘿蔔絲瘦肉粥 地瓜粥	生魚粥 小米粥	雞茸粥 南瓜粥	西芹貢丸粥 燕麥粥
	主食		巧克力蛋糕 炒油面	海苔肉鬆辮子麵包 桂林米粉	椰茸烤厚片 炒大碗面	南瓜饅頭 九層塔煎蛋 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	毛豆角/水果	湯圓/水果
午餐水果		西瓜	沃柑	香瓜	香蕉	小番茄
午餐	主葷	蠔油鴨邊	香菇肉燥 (大碗)	腐竹燒肉	玉米胡蘿蔔燉排骨	奧爾良雞扒
	主葷	孜然芹香炒肉	三杯雞塊	窯鴨	肉末蒸豆腐	土豆絲炒肉
	副菜	紅燒日本豆腐	蠔油西蘭花	滷海帶結	蠔油冬瓜	西紅柿炒蛋
	副菜	紅燒冬瓜	炒十香菜	三色玉米粒	橄欖豆角	韭菜炒豆芽
	蔬菜	上海青	高麗菜	上海青	娃娃菜	上海青
	湯類	紫菜蛋花湯	蓮子百合紅棗銀耳湯	柴魚味噌湯	玉米濃湯	蓮藕花生豬骨湯
下午點心14:00		菠蘿麵包	煎餃	白菜粉條大肉包子	小餅乾	小饅頭
晚餐 (住宿生)	主葷	蒸魚柳	干豆角蒸腩肉	蟲草花蒸雞	紅燒肝連肉	
	主葷	洋蔥炒雞塊	關東煮	胡蘿蔔炒肉絲	豆干香芹炒雞肉	
	副菜	清炒南瓜絲	木耳炒筍絲	清炒毛豆仁	木耳炒青瓜	
	副菜	肉末土豆片	炒雞蛋	彩椒炒杏鮑菇	貢丸大白菜	
	蔬菜	菜心	油麥菜	水白菜	菜心	
	湯類	蟲草花烏雞湯	菌菇瘦肉湯	四神瘦肉湯	海帶黃豆雞架湯	