

東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2025/12/22---12/26

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		生魚粥 燕麥粥	雞茸粥 八寶粥	白蘿蔔絲粥 小米粥	海帶絲瘦肉粥 南瓜粥
	主食		綠茶蛋糕 意大利麵	蔥花火腿排 炒油面	香腸披薩 西紅柿肉醬通心粉	刈包 韭菜煎蛋 淮山
	粗糧		小土豆 花生	小紅薯	玉米棒 南瓜	花生粉 肉鬆 酸菜
	飲品		米漿	黑豆漿	黑芝麻糊	豆漿
	其他		娃娃菜+水煮蛋+蘋果	油麥菜+水煮蛋+蘋果	芥菜+水煮蛋+蘋果	菜心+水煮蛋+蘋果
上午點心8:30		甜味卷/水果	綠茶蛋糕/水果	蔥花火腿排/水果	香腸披薩/水果	貝殼饅頭/水果
午餐水果		芭樂	橘子	香蕉	蘋果	小番茄
午餐	主葷	南洋蔥油雞	美式雞塊	台式三杯雞	烤鰻魚 魚香肉絲	鹿茸菇燉雞
	主葷	馬鈴薯燉排骨	爆炒肉絲	雞蛋肉餅	滷小雞腿	蘿卜燉肝連
	副菜	家常豆腐	雲耳青瓜	白菜滷	蠔油炒西蘭花	清炒豆角
	副菜	素炒胡蘿蔔絲	海米冬瓜	彩椒炒毛豆仁	爆炒千葉豆腐	素炒三丁
	蔬菜	油麥菜	菜心	上海青	高麗菜	娃娃菜
	湯類	玉米濃湯	柴魚味曾湯	銀耳羹	酸辣湯	紫菜蛋花湯
下午點心14:00		鵪鶉蛋	濕花生	毛豆仁	小紅薯	蛋撻
晚餐 (住宿生)	主葷	蘭花幹燒肉	梅菜扣肉	西紅柿浸肉片	左堂雞	
	主葷	香芹炒肉片	雜蔬炒雞丁	酸菜紅燒肉	黑椒爆炒花枝丸片	
	副菜	木耳蓮藕	青瓜炒玉米粒	蒸老南瓜	粉絲燴三鮮	
	副菜	香腸炒雞蛋	螞蟻上樹	炒小南瓜絲	蠔油茄子	
	蔬菜	高麗菜	長白菜	奶白菜	青小白菜	
	湯類	菌菇烏雞湯	裙帶菜豆腐湯	四神瘦肉湯	玉米胡蘿蔔淮山瘦肉湯	