東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2026/06/08-06/12

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		魚丸粥	青菜肉片粥	狀元粥	胡蘿蔔肉末粥
			地瓜粥	燕麥粥	蘋果小米粥	黑米紅棗粥
	主食		海苔堅果麵包	刈包 香蔥煎蛋	牛奶饅頭	蔥油麵包
			炒大碗麵	花生粉 肉鬆 酸菜	番茄肉醬通心粉	鴨肉冬粉
	粗糧		玉米	紅薯	花生	土豆
	飲品		黑芝麻糊	豆漿	紅茶	豆漿
	其他		高麗菜+水煮蛋+蘋果	長白菜+水煮蛋+蘋果	娃娃菜+水煮蛋+蘋果	菜心+水煮蛋+蘋果
上午點心8：30		蔥油餅/水果	海苔堅果麵包/水果	豆沙包/水果	牛奶饅頭/水果	蔥油麵包/水果
午餐水果		西瓜	芭樂	橘子	香蕉	番茄
午餐	主葷	豆鼓蒸排骨	臺式滷肉	清蒸姜蔥雞	泰式打拋肉醬	五香雞翅中
	主葷	紫蘇燜鴨	時蔬炒雞丁	番茄肉片	烤雞排	黑椒肉柳
	副菜	橄欖菜豆角	滷豆乾	土豆泥	臘腸炒玉米粒	青椒火腿炒雞蛋
	副菜	醋溜銀芽	白灼西蘭花	青瓜炒白玉菇	紅燒茄子	蝦皮冬瓜
	蔬菜	上海青	娃娃菜	高麗菜	菜心	高麗菜
	湯類	菜乾瘦肉湯	平菇雞蛋湯	玉米濃湯	肉丸白蘿蔔湯	酸辣湯
下午點心 14:00		堅果餅乾	核桃巧克力杯子蛋糕	鹵花生	雜糧糕	香蕉派
晚餐 (住宿生)	主葷	黃燜雞	土豆連肝肉	荷葉蒸雞	豆腐紅燒肉	
	主葷	白蘿卜燉肉	梅菜肉餅	蒜苔炒肉	酸梅鴨	
	副菜	番茄豆腐煲	爆炒南瓜絲	清炒毛豆仁	芹菜木耳絲	
	副菜	清炒萵筍絲	韭菜豬紅	清炒土豆絲	孜然千頁豆腐	
	蔬菜	大白菜	菜心	奶白菜	大白菜	
	湯類	去濕湯	冬瓜綠豆大骨湯	青菜豆腐湯	老鴨湯	