東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2026/08/10-08/14

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		銀魚干貝粥	白蘿蔔絲瘦肉粥	蔬菜瘦肉粥	生魚粥
			小米粥	地瓜粥	燕麥粥	花生紅豆粥
	主食		肉鬆辮子麵包	巧克力蛋糕	花生芝麻烤厚片	菠蘿麵包
			西紅柿肉醬通心粉	炒油麵	揚州炒飯	青菜肉絲湯麵
	粗糧		紅薯	玉米棒	南瓜	小土豆
	飲品		米漿	黑豆漿	黑芝麻糊	豆漿
	其他		娃娃菜+水煮蛋+蘋果	高麗菜+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		沙拉麵包/水果	肉鬆辮子麵包/水果	巧克力蛋糕/水果	奶酪香蕉厚片/水果	菠蘿麵包/水果
午餐水果		西瓜	芭樂	哈密瓜	香蕉	小番茄
午餐	主葷	蠔油雞腿	咖喱魚蛋	養生小排	意大利肉醬	番茄土豆連肝肉
	主葷	金針菇魚柳	咔滋雞排	南乳豬腳	奧爾良烤雞翅	鮮魷花枝丸
	副菜	蔥油茄子	爆炒西蘭花	泡菜白菜煲	白灼西蘭花	炒萵筍絲
	副菜	炒胡蘿蔔絲	炒十香菜	西芹木耳	紅燒冬瓜	青瓜腐竹
	蔬菜	油麥菜	長白菜	上海青	小白菜	高麗菜
	湯類	銀耳羹	柴魚味噌湯	酸辣湯	紫菜蛋花湯	蓮藕花生雞架湯
下午點心14:00		毛豆角	鵪鶉蛋	蔬菜餅	蛋撻	雞蛋土豆餅
晚餐 (住宿生)	主葷	糯米珍珠丸	臺式外婆紅燒肉	紫蘇燉鴨肉	蔥燒大排	
	主葷	三杯雞	烤香腸	雞蛋肉餅	三杯雞	
	副菜	醋溜蓮藕	青瓜炒玉米粒	炒杏鮑菇	粉絲燴三鮮	
	副菜	彩椒毛豆仁	香鍋土豆片	炒小南瓜絲	爆炒花菜	
	蔬菜	高麗菜	菜心	娃娃菜	油麥菜	
	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	