東莞台商子弟學校幼兒園餐點表 2026/09/14---09/18

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	白蘿蔔丸子粥	排骨粥	皮蛋瘦肉粥
			蘋果小米粥	黑米粥	地瓜粥	南瓜粥
	主食		七彩粒麵包	核桃麵包	紅糖饅頭	肉鬆麵包
			刀削麵	炒米粉	桂林米粉	揚州炒飯
	粗糧		玉米棒	小土豆	香芋	玉米棒
	飲品		米漿	黑豆漿	豆漿	紅茶
	其他		菜心+水煮蛋+蘋果	奶白菜+水煮蛋+蘋果	高麗菜+水煮蛋+蘋果	長白菜+水煮蛋+蘋果
上午點心8：30		蔥油餅/水果	七彩粒麵包/水果	核桃麵包/水果	紅糖饅頭/水果	肉鬆麵包/水果
午餐水果		西瓜	芭樂	香梨	香蕉	小番茄
午餐	主葷	滷小雞腿	臺式滷肉	紅燒肉	番茄燉排骨	鼓汁蒸魚柳
	主葷	杏鮑菇爆肉片	蔥烤雞翅	小雞燉蘑菇	青瓜炒梅花肉	口蘑炒肉粒
	副菜	羅漢齋	滷蛋	清炒萵筍	清炒絲瓜	彩椒炒筍絲
	副菜	玉米粒炒毛豆仁	香芹炒腐竹	白菜滷	西藍花蒸雞蛋	滷蓮藕
	蔬菜	高麗菜	長白菜	菜心	娃娃菜	菜心
	湯類	裙帶菜豆腐雞蛋湯	冬瓜肉片湯	銀耳羹	祛濕湯	白蘿蔔肉丸湯
下午點心14:00		土豆餅	炸薯餅	堅果餅乾	水煮花生	烤蛋塔
晚餐(住宿生)	主葷	紅燒排骨	本幫燒肉	酸甜咕咾肉	宮保雞丁	
	主葷	紅燒獅子頭	京醬肉絲	乾豆角蒸腩肉	白蘿蔔燉肉	
	副菜	清炒雲南小瓜	醋溜土豆絲	紅蘿蔔炒蛋	木耳青瓜	
	副菜	白菜粉絲煲	蒜蓉海帶絲	橄欖菜炒豆角	孜然千頁豆腐	
	蔬菜	小白菜	娃娃菜	大白菜	油麥菜	
	湯類	羅宋湯	番茄金針菇肉片湯	紫菜蛋花湯	四神湯	