

崇真會白田美善幼稚園
2019-2020年10月學生茶點及全日班餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		1	2	3	4
茶點			紅豆包 水	超軟蛋糕 低糖豆奶	芝士粟米包 水
全日班 午膳 及 下午茶點	/	國慶日假期	粟米魚塊 炒時蔬 椰汁芋頭西米露 蘋果	雜菌燴牛肉* 白灼時蔬 紫菜豆腐肉碎湯 梨	白汁雞絲火腿扭紋粉 白灼西蘭花 蕃茄薯仔洋蔥湯 時令水果
			牛奶麥皮 水	果醬班戟 水	菠菜包 水
	7	8	9	10	11
茶點		麥包 水	蒸馬拉盞 低糖豆奶	粟米 水	香蕉 水
全日班 午膳 及 下午茶點	重陽節假期	草菇豆腐魚肉 白灼時蔬 節瓜瘦肉湯 橙	蕃茄豬扒 炒時蔬 紅棗圓肉雪耳糖水 蘋果	葡汁雞翼* 白灼時蔬 大豆牙豆腐番茄魚尾湯 梨	魚蛋魚片湯米線 炒時菜 時令水果
		提子切蛋 低脂高鈣牛奶	蛋糕仔 水	腸粉 水	餐包 水
	14	15	16	17	18
茶點	香蕉蛋糕 水	肉鬆包 低脂高鈣牛奶	幼兒班小食嘗試 烩蛋及炒蛋 低、高班 烩蛋 水	燒賣 水	學校假期
全日班 午膳 及 下午茶點	薯仔牛肉* 炒時蔬 合掌瓜蜜棗排骨湯 香蕉	豉油皇雞翼 白灼時蔬 大豆牙豆腐番茄魚尾 橙	西蘭花炒雞柳 清炒西蘭花 白果腐竹雞蛋糖水 蘋果	南瓜蒜蓉蒸魚塊* 白灼時蔬 椰子煲雞湯 梨	
	雞蛋三文治 水	雞絲雜豆米粉 水	粟米 水	忌籐包 低糖豆奶	
	21	22	23	24	25
茶點	穀物片 低脂高鈣牛奶	低班小食嘗試 創意麵包 幼兒、高班 牛油蛋糕 水	高班品嚐 不同國家美食 幼兒、低班 芝士沙律包 水	高班小食嘗試 包餃子 幼兒、低班 瑞士卷 水	芝士餐包 水
全日班 午膳 及 下午茶點	草菇炆雞* 炒時蔬 蘋果雪梨瘦肉湯 香蕉	粉絲肉碎蒸水蛋 炒時蔬 蕃茄薯仔瘦肉湯 橙	蕃茄菠蘿雞柳 白灼時蔬 紅豆沙 蘋果	西芹洋蔥甘筍炒牛肉* 炒時蔬 眉豆淡菜蜜棗排骨湯 梨	南瓜瘦肉粥 三絲炒米粉 炒時蔬 時令水果
	十字餅 水	粟米肉碎粥 水	牛奶麥皮 水	豬仔包 水	墨西哥蘋果包 水
	28	29	30	31	
茶點	排包 水	芝士三文治 水	蒸奶皇包 低糖豆奶	燕麥餐包 水	
全日班 午膳 及 下午茶點	肉碎蒸豆腐* 炒時蔬 青紅蘿蔔粟米瘦肉湯 香蕉	蠔油冬菇炆雞翼 白灼時蔬 豆腐牛肉羹 橙	蕃茄魚塊 炒時蔬 蕃薯糖水 蘋果	菠蘿牛肉* 炒時菜 鯿魚蓮藕豬肉湯 梨	
	蕃薯 水	蛋撻 水	芝麻包 水	黑糖提子包 水	

- 為培養幼兒良好之飲食習慣，如非因個人健康問題，本園鼓勵讓孩子嘗試不同食物。
- 本園保留在需要時改動餐單之權利。
- * 燕麥飯