

崇真會白田美善幼稚園  
2019-2020 年度 11 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				
茶點	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 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。</li> <li>● 本園保留在需要時改動餐單之權利。</li> </ul>				豬仔包 水				
全日班午膳及下午茶點					* 配燕麥飯				蜜汁菠蘿肉醬意粉 白灼時蔬 番茄薯仔洋蔥湯 時令水果
									提子切蛋 低糖豆奶
	4	5	6	7 K3 參觀益力多廠	8 K1 參觀 MegaBox				
茶點	杏片墨西哥包 低脂高鈣牛奶	麥包 水	幼兒班小食嘗試 水果麥皮 水 低班小食嘗試 雜果啫喱 水 高班 忌簾包 水	芝士沙律包 水	清蛋糕 水				
全日班午膳及下午茶點	肉碎炆豆腐粒* 炒時蔬 蘋果雪耳瘦肉湯 香蕉	雜菌燴牛肉 白灼時蔬 肉碎雜菜湯 橙	四季豆炒雞柳 炒時蔬 蓮子百合雪耳糖水 蘋果	草菇冬瓜炆魚肉* 白灼時蔬 合掌瓜蜜棗排骨湯 火龍果	粟米菜粒蛋炒飯 白灼時菜 瑤柱冬瓜肉碎湯 時令水果				
	雞蛋三文治 水	蘋果撻 水	黑糖提子包 水	烱蛋 水	香蕉 水				
	11	12	13	14	15				
茶點	香蕉蛋糕 水	果醬班戟 水	高班小食嘗試 車厘茄粟米沙律釀雞蛋 幼兒班、低班 芝麻包 水	蒸紅豆包 低糖豆奶	11-12 月份生日會				
全日班午膳及下午茶點	青瓜炒雞柳* 炒時蔬 鮮淮山肉片湯 香蕉	薯仔煮免治牛肉 白灼時蔬 碗仔翅 橙	白蘿蔔炆魚鬆 白灼時蔬 啫咋糖水 蘋果	洋蔥番茄豬扒* 炒時蔬 蓮藕栗子煲瘦肉湯 火龍果	魚湯豆腐雜丸米線 白灼時蔬 時令水果				
	南瓜麥米粥 水	牛奶餐包 低糖豆奶	超軟蛋糕 水	粟米 水	餐包 低脂高鈣牛奶				
	18	19	20	21	22				
茶點	穀物片 低脂高鈣牛奶	芝士三文治 水	燒賣 水	烱蛋 水	麥包 水				
全日班午膳及下午茶點	雲耳百合炒肉片* 炒時蔬 椰子煲雞湯 香蕉	豉油皇雞翼 白灼時蔬 肉蓉粟米湯 橙	草菇牛肉煮豆腐 炒時蔬 椰汁番薯西米露 蘋果	白汁(低脂奶)磨菇魚柳* 白灼時蔬 木瓜花生眉豆魚尾湯 火龍果	菠菜鯪魚球粥 甘筍雞絲上海麵 時令水果				
	腸粉 水	小蛋糕 水	菠蘿包 水	雞絲雜豆米粉 水	蛋撻 低脂高鈣牛奶				
	25	26	27	28	29				
茶點	排包 水	粟米 水	蒸馬拉盞 低糖豆奶	瑞士卷 水	香蕉 水				
全日班午膳及下午茶點	金針雲耳蒸雞* 炒時蔬 霸王花無花果湯 香蕉	菠菜煮牛肉 白灼時蔬 大豆牙豆腐番茄魚尾 橙	雜豆燴豬扒 炒時蔬 腐竹雞蛋糖水 蘋果	蕃茄魚塊* 白灼時蔬 甘筍栗子粟米豬骨湯 火龍果	香蒜磨菇肉絲意粉 白灼時蔬 雜菜湯 時令水果				
	蕃薯 水	果醬三文治 水	蛋白蛋糕 水	牛奶麥皮 水	吞拿魚包 水				