

2020年1月餐飲計畫表

CKids American Preschool



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
	<p>•每日飯後均有時令水果， 補充健康天然維生素並幫助幼生消化。 •以上餐點如有異動，請以當日實際提供為主。</p>			<p>2 早餐 古早味蛋糕、牛奶 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 高麗菜捲 配菜: 蟹肉棒蒸蛋 清炒時蔬 湯: 金針湯 點心: 麵包布丁</p>	<p>3 早餐 菠菜肉末粥 午餐: 飯: 白飯 主菜: 銀芽肉絲 配菜: 三色豆炒玉米 清炒時蔬 湯: 番茄蛋花湯 點心: 奶皇包</p>	
5	<p>6 早餐: 果醬吐司、牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 紅燒獅子頭 配菜: 九層塔蛋 清炒時蔬 湯: 餛飩湯 點心: 綠豆薏仁湯</p>	<p>7 早餐: 蔥抓餅、豆漿 午餐: 飯: 高纖雜糧糙米飯 主菜: 雞肉飯 配菜: 糖醋豆包 清炒時蔬 湯: 薑絲海帶湯 點心: 銀絲卷</p>	<p>8 早餐: 玉米片、牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 洋蔥豬肉 配菜: 玉米筍炒三鮮 清炒時蔬 湯: 竹筍排骨湯 點心: 蘿蔔糕</p>	<p>9 早餐: 皮蛋瘦肉粥 午餐: 飯: 白飯 主菜: 橙汁雞丁 配菜: 麻婆豆腐 清炒時蔬 湯: 冬瓜蛤蜊湯 點心: 馬拉糕</p>	<p>10 早餐: 叉燒包、豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 台式打拋豬 配菜: 吻仔魚蒸蛋 清炒時蔬 湯: 三絲魚丸湯 點心: 起酥蛋糕</p>	11
	<p>13 早餐: 菠蘿麵包、牛奶 午餐: 飯: 鳳梨火腿蛋炒飯 主菜: 清炒時蔬 配菜: 羅宋湯 湯: 黑糖饅頭</p>	<p>14 早餐: 蔬菜粥 午餐: 飯: 白飯 主菜: 滷肉飯 配菜: 金沙豆腐 清炒時蔬 湯: 山藥排骨湯 點心: 香菇燒賣</p>	<p>15 早餐: 水餃 午餐: 飯: 白飯 主菜: 滷小雞腿 配菜: 燴三菇 清炒時蔬 湯: 玉米湯 點心: 肉燥乾麵</p>	<p>16 早餐: 芋泥包、豆漿 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 馬鈴薯燻肉 配菜: 洋蔥炒蛋 清炒時蔬 湯: 小白菜豆腐湯 點心: 小米粥</p>	<p>17 早餐: 肉鬆麵包、牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 玉米雞丁 配菜: 甜豆炒三菇 清炒時蔬 湯: 蓮藕排骨湯 點心: 小籠包</p>	
19	<p>20 早餐: 雞茸玉米粥 午餐: 飯: 白飯 主菜: 京醬肉絲 配菜: 土豆麵筋 清炒時蔬 湯: 香菇雞湯 點心: 菜包</p>	<p>21 早餐: 豆沙包、豆漿 午餐: 飯: 高纖雜糧糙米飯 主菜: 木須肉 配菜: 雪菜豆乾丁 清炒時蔬 湯: 蘿蔔貢丸湯 點心: 法式吐司</p>	<p>22 早餐: 牛角麵包、牛奶 午餐: 飯: 什錦肉絲蛋炒飯 主菜: 清炒時蔬 配菜: 味噌豆腐湯 湯: 雙色饅頭</p>		<p>24 早餐: 菜包、豆漿 午餐: 飯: 香甜咖哩飯 主菜: 清炒時蔬 配菜: 大黃瓜貢丸湯 湯: 黑輪湯 點心: 黑輪湯</p>	25
						
		<p>28 早餐: 菜包、豆漿 午餐: 飯: 香甜咖哩飯 主菜: 清炒時蔬 配菜: 大黃瓜貢丸湯 湯: 黑輪湯 點心: 黑輪湯</p>	<p>29 早餐: 玉米片、牛奶 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 糖醋里肌 配菜: 玉米炒肉末 清炒時蔬 湯: 紫菜蛋花湯 點心: 芋頭西米露</p>	<p>30 早餐: 玉米片、牛奶 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 糖醋里肌 配菜: 玉米炒肉末 清炒時蔬 湯: 紫菜蛋花湯 點心: 芋頭西米露</p>	<p>31 早餐: 菜包、豆漿 午餐: 飯: 香甜咖哩飯 主菜: 清炒時蔬 配菜: 大黃瓜貢丸湯 湯: 黑輪湯 點心: 黑輪湯</p>	

|

|
