



中華基督教青年會上水幼稚園



2023年11月份上午班/全日班茶點、全日班餐單及下午茶點

	日期	星期一	日期	星期二	日期	星期三	日期	星期四	日期	星期五
茶點 半日制:上午及全日制上午					1	新生見面日 (學生假期)	2	牛奶蜜糖星星、清水	3	淮山粟米肉粥、清水
午餐 (全日班) 及水果								鮮茄雞柳飯 時菜、橙 鮮淮山粟子粟米豬展湯		合掌瓜肉餅飯 時菜、香蕉 洋蔥蕃茄薯仔瘦肉湯
下午茶點 全日班								焗蛋、清水		藍莓切件蛋糕、荳漿
茶點 半日制:上午及全日制上午	6	時菜肉碎湯貝殼粉、清水	7	焗蛋、清水、橙	8	牛奶蜜糖星星、清水	9	蕃茄肉碎湯通粉、清水	10	焗粟米、清水
午餐 (全日班) 及水果		鮮茄粟米牛肉飯 時菜、蘋果 粟米粒雞蓉忌廉湯		白汁粟米雞球飯 時菜、提子 粉葛扁豆赤小豆薏米瘦肉湯		冬瓜薯仔肉粒飯 時菜、火龍果 蕃茄豆腐蛋花肉片湯		馬蹄蒸肉餅飯 時菜、哈密瓜 蓮藕草魚綠豆豬展湯		粟米薯仔肉粒飯 時菜、橙 香芋椰汁西米露(低糖)
下午茶點 全日班		提子包、牛奶		粟米肉碎粥、清水		芝士條、荳漿		焗蕃薯、清水		班蘭切件蛋糕、牛奶
茶點 半日制:上午及全日制上午	13	曲奇餅、清水	14	元貝肉碎粥、清水	15	檸檬切件蛋糕、荳漿	16	粟米肉碎粥、清水	17	11月份生日會 蕃茄肉醬意粉、清蛋糕 、蘋果、清水
午餐 (全日班) 及水果		蕃茄免治牛肉飯 時菜、提子 西洋菜粟米紅蘿蔔豬展湯		節瓜薯仔肉粒飯 時菜、橙 竹薯粟米紅蘿蔔豬展湯		杞子粟米蒸雞飯 時菜、香蕉 勝瓜肉片蛋花湯		南瓜粟米肉片飯 時菜、蘋果 金銀菜陳腎蜜棗瘦肉湯		粟米雞蓉蒸水蛋飯 時菜、火龍果 啫咋(低糖)
下午茶點 全日班		焗蛋、清水		低糖果醬三文治、牛奶		時菜肉碎米粉、清水		蒸蕃薯、清水		焗蛋、清水
茶點 半日制:上午及全日制上午	20	芝士條、牛奶	21	蒸蕃薯、清水、提子	22	粟米肉碎粥、清水	23	生菜絲肉片米粉、清水	24	牛奶蜜糖星星、清水
午餐 (全日班) 及水果		蕃茄雞蛋炒意粉 時菜、蘋果 老黃瓜粟米紅蘿蔔素湯		洋蔥牛肉飯 時菜、火龍果 粟米馬蹄紅蘿蔔雪耳豬展湯		鮮茄蘑菇雞粒飯 時菜、橙 合桃南瓜肉片湯		雞蛋蒸肉餅飯 時菜、香蕉 青紅蘿蔔豬展湯		燒汁雞粒意粉 時菜、提子 百合紅豆沙(低糖)
下午茶點 全日班		元貝肉碎粥、清水		蕃茄肉碎湯通粉、清水		士多啤梨卷蛋糕、荳漿		焗蛋、清水		原味 muffin 蛋糕、荳漿
茶點 半日制:上午及全日制上午	27	教師發展日 (學生假期)	28	肉碎湯通粉、清水	29	南瓜肉碎粥、清水	30	低糖果醬三文治、牛奶		
午餐 (全日班) 及水果				蘑菇汁肉片飯 時菜、蘋果 西洋菜粟米紅蘿蔔豬展湯		粟米蒸雞肉粒飯 時菜、火龍果 蓮藕草魚綠豆豬展湯		菠菜汁肉片飯 時菜、橙 粉葛扁豆赤小豆薏米素湯		
下午茶點 全日班				焗蛋、清水		菜肉包、清水		粟米肉碎粥、清水		