



WELLINGTON COLLEGE  
CHINA  
惠灵顿(中国)

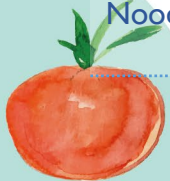


南通惠立学校  
HUILONG SCHOOL NANTONG

# 早餐菜单 Breakfast Menu

2022.11.01-2022.11.04

日期/菜单 Date/Menu	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri
中式点心 Chinese Snack		油条 Deep-Fried Dough Sticks	玉米煎饺 Pan-Fried Corn Dumpling	鸡蛋千层饼 Thousand Layer cake with Egg	三丝春卷 Spring Roll
谷物+奶制品 Cereal + Dairy		麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk
西式点心 Western Snack		松香蛋糕 Soft Cake	芝麻餐包 Sesame Buns	虎皮蛋糕 Soft Cake	巧克力麦芬 Chocolate Muffin
鸡蛋 Eggs		玉米粒滑蛋 Scrambled Egg w/Sweet Corn	卤鹌鹑蛋 Quail Egg w/ Soybean Sauce	煎蛋 Fried Egg	白煮蛋 Boiled Egg
蔬菜 Vegetables		清炒小菠菜 Sautéed Spinach	炒花菜 Sauteed Cauliflower	清炒杭白菜 Sauteed Hangzhou Cabbage	白灼生菜 Sauteed Lettuce
面档 /粥铺 Noodles/Porridge		肉片生菜汤河粉 Rice Noodle Soup with Pork & Lettuce	杂粮粥 Coarse grain porridge	鸡肉香菇粥 Chicken & Mushroom Congee	时蔬炒米粉 Fried Rice Noodle w/ Vegetable

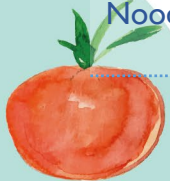




# 早餐菜单 Breakfast Menu

2022.11.07-2022.11.11

日期/菜单 Date/Menu	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri
中式点心 Chinese Snack	菜包 Vegetable Bun	自制饭团 Rice Ball	葱香千层饼 Chinese Onion Pan Cake	水煎肉包 Pan-Fried Pork Bun	烧麦 Siu Mai
谷物+奶制品 Cereal + Dairy	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk
西式点心 Western Snack	红豆吐司片 Red Bean Toast	红枣蛋糕 Jujube Cake	香芋面包 Sweet potatoes Bread	豆沙面包 Bean Paste Bread	布丁蛋糕 Pudding Cake
鸡蛋 Eggs	蒸蛋 Steamed Egg	煎蛋 Fried Egg	卤鹌鹑蛋 Quail Egg w/ Soybean Sauce	菠菜滑蛋 Scrambled Egg w/ Spinach	茶叶蛋 Egg w/ Soybean & Tea Sauce
蔬菜 Vegetables	炒菌菇 Sauteed Mushrooms	香菇烩白菜 Braised Cabbage & Black Mushroom	清炒杭白菜 Sautéed Hangzhou Cabbage	炒藕片 Sautéed Lotus Root	醋溜卷心菜 Sautéed cabbage w/ Vinegar Sauce
面档 /粥铺 Noodles/Porridge	紫菜小馄饨 Wonton Soup with Seaweed	云吞面 Wonton Noodle	肉丝菜汤面 Noodles Soup w/ Pork & Vegetable	生菜鱼片粥 Fish & Lettuce Congee	猪肉水饺 Pork Dumpling

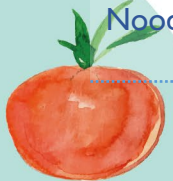




# 早餐菜单 Breakfast Menu

2022.11.14-2022.11.18

日期/菜单 Date/Menu	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri
中式点心 Chinese Snack	梅干菜肉包 Steamed Preserved Vegetable Bun	油条 Deep-Fried Dough Sticks	牛肉锅贴 Fried Beef Dumplings	酱香千层饼 Chinese Pancake w/ Sauce	烧麦 Siu Mai
谷物+奶制品 Cereal + Dairy	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt
西式点心 Western Snack	麻薯面包 Mochi Bread	巧克力瑞士卷 Chocolate Swiss Roll	芝麻餐包 Sesame Bread	蓝莓麦芬 Blueberries Muffin	培根面包 Bacon Bread
鸡蛋 Eggs	蒸蛋 Steamed Egg	番茄滑蛋 Scrambled Egg w/Tomato	煎蛋 Fried Egg	香菇蒸蛋 Steamed Egg w/Mushroom	白煮蛋 Boiled Egg
蔬菜 Vegetables	炒生菜 Sautéed Lettuce	清炒小菠菜 Sautéed Spinach	炒花菜 Sautéed Cauliflower	清炒杭白菜 Sautéed Baby Cabbage	清炒生菜 Sautéed Lettuce
面档 /粥铺 Noodles/Porridge	牛肉蔬菜粥 Beef & Vegetable Congee	青菜炒饭 Fried Rice w/ Green Vegetable	白粥 Congee	猪肉水饺 Pork Dumplings	鸡肉香菇粥 Chicken & Mushroom Congee





WELLINGTON COLLEGE  
CHINA  
惠灵顿(中国)

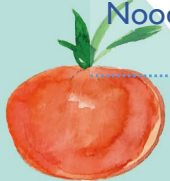


南通惠立学校  
HUILI SCHOOL NANTONG

# 早餐菜单 Breakfast Menu

2022.11.21-2022.11.25

日期/菜单 Date/Menu	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri
中式点心 Chinese Snack	三丝春卷 Vegetable Spring Roll	肉包 Pork Bun	油条 Deep-Fried Dough Sticks	玉米煎饺 Pan-Fried Corn Dumpling	鸡蛋千层饼 Thousand Layer cake with Egg
谷物+奶制品 Cereal + Dairy	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk
西式点心 Western Snack	香蕉蛋糕 Banana Cake	奶油玉米棒 Creamed corn cob	松香蛋糕 Soft Cake	芝麻餐包 Sesame Buns	虎皮蛋糕 Soft Cake
鸡蛋 Eggs	卤鹌鹑蛋 Quail Egg w/ Soybean Sauce	平菇滑蛋 Scrambled Egg w/Mushroom	玉米粒滑蛋 Scrambled Egg w/Sweet Corn	白煮蛋 Boiled Egg	煎蛋 Fried Egg
蔬菜 Vegetables	炒西葫芦 Sautéed Zucchini	清炒青菜 Sautéed Vegetables	清炒小菠菜 Sautéed Spinach	炒花菜 Sautéed Cauliflower	清炒杭白菜 Sautéed Hangzhou Cabbage
面档 /粥铺 Noodles/Porridge	炒粗面 Sauté Noodles	葱油拌面 Noodles w/ Scallion Oil	肉片生菜汤河粉 Rice Noodle Soup with Pork & Lettuce	杂粮粥 Coarse grain porridge	鸡肉香菇粥 Chicken & Mushroom Congee







# 早餐菜单 Breakfast Menu



WELLINGTON COLLEGE  
CHINA  
惠灵顿(中国)



南通惠立学校  
HUILI SCHOOL NANTONG

2022.11.28-2022.11.30

日期/菜单 Date/Menu	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri
中式点心 Chinese Snack	蒸花卷 Steamed Spring Onion Roll	菜包 Vegetable Bun	自制饭团 Rice Ball		
谷物+奶制品 Cereal + Dairy	麦片牛奶 Cereal Milk	麦片酸奶 Cereal Yogurt	麦片牛奶 Cereal Milk		
西式点心 Western Snack	芝士棒面包 Cheese Stick Bun	红豆吐司片 Red Bean Toast	红枣蛋糕 Jujube Cake		
鸡蛋 Eggs	煎蛋 Fried Egg	蒸蛋 Steamed Egg	菠菜滑蛋 Scrambled Egg w/ Spinach		
蔬菜 Vegetables	木耳青菜 Fungus & Vegetables	炒菌菇 Sauteed Mushrooms	香菇烩白菜 Braised Cabbage & Black Mushroom		
面档 /粥铺 Noodles/Porridge	葱油拌面 Noodles with Scallion Oil	紫菜小馄饨 Wonton Soup with Seaweed	云吞面 Wonton Noodle		

