

18-19年度3月份學生餐單

	1	4	5	6	7	8	11	12	13	14	15	18	19	20	21	22	25	26	27	28	29	
早餐	五 薯仔雞肉碎貝殼粉	一 /	二 南瓜粟米雞肉碎粥 (配麵包)	三 椰菜甘筍豬肉碎米線	四 蕃薯豬肉碎香菇咸麥皮 (配麵包)	五 鮮茄雞肉碎通粉	一 /	二 香菇雞肉碎上海麵	三 薯仔豬肉碎貝殼粉	四 牛奶蛋花甜麥皮 (配麵包)	五 鮮茄雞肉碎通粉	一 /	二 蕃薯豬肉碎粥 (配麵包)	三 鮮茄雞肉碎通粉	四 南瓜豬肉碎咸麥皮 (配麵包)	五 香菇雞肉碎上海麵	一 /	二 鮮茄雞肉碎天使麵	三 椰菜甘筍粟米豬肉餃 (配低糖豆漿)	四 牛奶蛋花甜麥皮 (配麵包)	五 薯仔豬肉碎貝殼粉	
午餐	什菇豬肉碎炆玉子豆腐	鮮淮山蒸豬肉餅 (健康新菜色)	蔥花豬肉碎粉絲蒸蛋	特色餐：番茄雞絲意粉 (配自家製香草麵包) ^健康新食材	甘荀栗子炆雞肉	親子師生競技同樂日	腐自製咖喱洋蔥豬肉碎豆	片甘荀雲耳荷蘭豆炒豬肉	雞南瓜蟲草花杞子雲耳蒸	魚番茄洋蔥南瓜紅腰豆燴	洋蔥叉燒炒蛋	甜酸菠蘿三色椒雞肉	腐老少平安 (紅蘿蔔蓉豆腐肉碎)	浸吞拿魚 (罐頭礦泉水) ^洋蔥南瓜炒蛋	乾(配青瓜、肉鬆及提子)	健康特色餐： 咖喱薯仔雞肉配黃薑飯 ^不含椰漿	番茄洋蔥豬肉碎	豆腐香菇炆雞肉	番茄肉碎炒蛋	木耳絲翠肉瓜炒肉絲	甘荀薯仔炆雞肉	節瓜香菇豬肉碎炒粉絲
	竹木瓜雪耳南北杏玉	湯合掌瓜紅蘿蔔瘦肉	花猴頭菇牛腩粟米無	瘦番茄薯仔甘荀西芹	肉粉葛赤小豆扁豆瘦		肉番茄豆腐大豆芽瘦	米紅菜頭番茄蘋果粟	耳粟米紅蘿蔔栗子雪	蓮藕綠豆瘦肉湯	肉紅菜頭粟米雜菜瘦	湯合掌瓜紅蘿蔔瘦肉	百雪耳蘋果雪梨蜜棗	肉粉葛赤小豆扁豆瘦	竹木瓜雪耳南北杏玉	蓮藕綠豆瘦肉湯	湯霸王花羅漢果瘦肉	果雪耳蘋果雪梨無花	湯合掌瓜紅蘿蔔瘦肉	肉番茄豆腐大豆芽瘦	肉青紅蘿蔔南北杏瘦	
晚餐	^不設淨青菜	冬菇雲耳南瓜蒸雞	洋蔥南瓜炒蛋	豬老少平安 (紅蘿蔔蓉豆腐肉碎)	蓮藕片香菇甘荀炒豬肉碎	全校學生離校	肉自製白汁磨菇紅蘿蔔燴雞	番茄豬肉碎炒蛋	冬菇馬蹄蒸豬肉餅	沙嗲薯仔洋蔥炆雞肉	鮮腐竹鮮菇甘荀炒荷蘭豆	蔥花豬肉碎粉絲蒸蛋	芋頭雞脾菇炆豬肉碎	木耳絲翠肉瓜炒雞柳	什菇豬肉碎炆玉子豆腐	耳炒鮮百白 ^不設淨青菜	什菌白蘿蔔炆豬肉碎	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	青衣柳碎肉蒸蛋	台式肉燥配鹵水蛋	腐健康素食：草菇節瓜炆豆 ^不設淨青菜	

備註：午餐、晚餐包括湯、時令瓜菜及時令水果*；逢周一: 燕麥飯、逢周二、四: 紅米飯，逢周三、五: 粟米飯。

*水果 - 每天二款不同種類例如：木瓜、蘋果、雪梨、香蕉、火龍果或香橙。

自製白汁: 用脫脂奶製，不含忌廉

自製咖喱汁: 不含椰漿