

18-19年度11月份學生餐單

	1	2	5	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27	28	29	30
	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五
早餐	牛奶蕃薯蛋花麥皮 (配麵包)	鮮茄豬肉碎通粉		椰菜甘筍雞肉碎米線	鮮茄豬肉碎天使麵	南瓜雞肉碎麥皮 (配麵包)	薯仔豬肉碎貝殼粉		甘筍香菇豬肉碎粥	鮮茄豬肉碎通粉	粟米豬肉餃上海麵 (新食材)	香菇豬肉碎天使麵		椰菜火腿通粉	鮮茄豬肉碎上海麵	牛奶南瓜蛋花甜麥皮 (配麵包)	粉南瓜西芹豬肉碎貝殼		粥南瓜淮山豬肉碎小米 (新食材)	椰菜甘筍雞肉碎米線	甘筍豬肉碎麥皮(配 麵包)	鮮茄豬肉碎天使麵
午餐	老少平安(甘筍荳腐豬肉 碎)	蓮藕片香菇甘筍炒豬肉片	蔥花豬肉碎粉絲蒸蛋	梅菜蒸豬肉餅	什菇豬肉碎炆豆腐	洋蔥番茄薯仔炆雞絲	洋蔥翠玉瓜炒豬肉絲	杞子蟲草花南瓜蒸雞	芙蓉蛋 (叉燒、銀芽、韭黃、洋蔥)	什菌白蘿蔔炆肉片	番茄洋蔥南瓜燴青衣柳	自製咖喱洋蔥肉碎豆腐	豬肉碎蒸滑蛋	甘筍翠玉瓜炒雞絲	節瓜香菇肉絲炒粉絲	健康特色餐： 香草烤雞伴蔬菜意粉	茄子蘑菇炆豬肉碎	甘筍栗子炆雞肉	芋頭粒蒸豬肉餅	吞拿魚(礦泉水浸)洋蔥磨菇 炒蛋	腐台式肉燥配滷水(非油炸)豆	沙爹洋蔥薯仔雞肉
晚餐	紅菜頭紅腰豆甘筍素湯	合掌瓜紅蘿蔔瘦肉湯	蓮藕鯿魚瘦肉湯	紅豆薏米冬瓜瘦肉湯	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦 肉湯	羅宋湯	老黃瓜赤小豆瘦肉湯	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	牛膀合掌瓜瘦肉湯	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	紫菜豆腐瘦肉湯	湯雪耳蘋果雪梨無花果瘦肉	湯木瓜雪耳南北杏玉竹瘦肉	南瓜紅蘿蔔瘦肉湯	蕃茄薯仔甘筍瘦肉湯	霸王花南北杏甘筍瘦肉湯	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	番茄豆腐大豆芽瘦肉湯	清補涼合掌瓜瘦肉湯	肉湯青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦	蓮藕鯿魚瘦肉湯	雪梨雪耳南北杏瘦肉湯
晚餐	節瓜香菇豬肉碎炒粉絲	蔥(薯仔、椰菜花、紅蘿蔔、洋 健康素食：自製咖喱素菜	翠玉瓜豆腐豬肉碎 ^不設加剪餐v	甘筍薯仔炆雞肉	麵豉醬沙葛豬肉絲	吞拿魚(礦泉水浸)洋蔥磨菇 炒蛋	健康素食： 雞脾菇甘筍鮮腐竹燴絲瓜	冬菇馬蹄蒸肉餅	香菇肉碎炆豆腐	豉汁青椒洋蔥炒雞絲	蔥花豬肉碎蒸蛋	健康素食：洋蔥雲耳甘筍炒鮮 百合(新食材)	自製白汁蘑菇紅蘿蔔燴雞絲	番茄洋蔥磨菇煮豬肉碎	洋蔥叉燒炒蛋	芋頭雞脾菇炆豬肉碎	健康素食：南乳溫公煮齋 (粉絲、雲耳、什菇、鮮支 竹)	蔥花豬肉碎魚肉蒸滑蛋	什菇豬肉碎炆豆腐	蓮藕蒸肉餅	冬菇雲耳南瓜蒸雞	健康素食：草菇節瓜炆豆腐

備註：

- 1) 午餐、晚餐包括湯、時令瓜菜及時令水果；
- 2) 逢周一: 燕麥飯、逢周二、四: 紅米飯，逢周三、五: 粟米飯。
- 3) 自製白汁: 用脫脂奶製，不含忌廉
- 4) 自製咖喱汁: 不含椰漿