

21-22年度1月份學生餐單(包括星期五晚)

日	星期	早	午	湯	晚	
3	一		蓮藕蒸豬肉餅	木瓜雪耳南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	鮮百合雲耳洋蔥炒雞絲	
4	二	椰菜豬肉碎通粉	芋頭香菇炆雞肉	蓮藕鱈魚黑豆瘦肉湯	洋蔥叉燒炒蛋	
5	三	蕃茄豬肉碎上海麵	咖喱洋蔥豬肉碎豆腐	蘋果雪耳南北杏瘦肉湯	粟米冬菇魚肚蒸雞肉	
6	四	南瓜豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	粟米蓉紅蘿蔔燴魚	節瓜花生眉豆淡菜瘦肉湯	鮮腐竹雞脾菇紅蘿蔔炒豬肉碎	
7	五	時菜豬肉碎貝殼粉	蕃茄洋蔥豬肉碎炒蛋	合掌瓜牛蒡紅蘿蔔瘦肉湯	香菇時菜燴豆干	
10	一		雜菇豬肉碎炆豆腐	羅宋湯	栗子南瓜炆雞肉	
11	二	香菇豬肉碎小米粥	白汁蘑菇紅蘿蔔燴雞絲	羅漢果菜乾南北杏瘦肉湯	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥蘑菇炒蛋	
12	三	蕃茄豬肉碎天使麵	秋葵豬肉碎蒸滑蛋	木瓜雪耳南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	沙嗲薯仔洋蔥炆雞肉 (配黃薑飯)	
13	四	香菇豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉	節瓜花生眉豆淡菜瘦肉湯	冬菇馬蹄蒸豬肉餅	
14	五	粟米豬肉餃上海麵	蕃茄洋蔥豬肉碎炒蛋	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯		
17	一		紅蘿蔔鮮淮山蒸肉餅	霸王花紅蘿蔔南北杏瘦肉湯	翠玉瓜雲耳炒雞絲	
18	二	蕃茄豬肉碎通粉	荷蘭豆雲耳紅蘿蔔炒雞絲	雪耳南瓜紅蘿蔔瘦肉湯	香菇四季豆炒肉片	
19	三	香菇豬肉碎意粉	蕃茄洋蔥豆腐茄汁豆燴魚	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦肉湯	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉	
20	四	牛奶蕃薯甜麥皮 (配炒蛋)	冬菇雲耳南瓜蒸雞肉	蓮藕鱈魚綠豆瘦肉湯	蕃茄薯仔洋蔥燴豬肉碎	
21	五	薯仔豬肉碎貝殼粉	秋葵番茄肉碎炒蛋	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	鮮腐竹鮮淮山雲耳紅蘿蔔炒雞脾菇	
24	一		滑豆腐粟米蒸肉餅	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉湯	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥蘑菇炒蛋	
25	二	鮮淮山南瓜豬肉碎粥	蕃茄洋蔥紅腰豆燴雞絲	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	茄子豬肉碎煮豆腐	
26	三	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	蟹柳豬肉碎蒸滑蛋	猴頭菇牛蒡粟米無花果瘦肉湯	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	
27	四	蕃薯豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	新年特別餐	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	冬菇芋頭粒蒸豬肉餅	
28	五	時菜豬肉碎貝殼粉	台式豬肉燥配滷水豆腐 (配古早蛋糕)	老黃瓜赤小豆瘦肉湯		
31	一	農曆新年假期				

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：粟米飯，五：藜麥粟米飯。

\*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

早更廚師 \_\_\_\_\_ 中更廚師: \_\_\_\_\_ 護士簽名: \_\_\_\_\_

言語治療簽名: \_\_\_\_\_ 膳食組老師代表簽名: \_\_\_\_\_