

21-22年度 2月份學生餐單(包括星期五晚)

日	星期	早	午	湯	晚				
1	二	農曆新年假期							
2	三								
3	四								
4	五								
7	一								
8	二								
9	三								
10	四								
11	五								
14	一						冬菇馬蹄蒸豬肉餅	合掌瓜雪耳南北杏玉竹瘦肉湯	咖喱薯仔炆雞肉配黃薑飯
15	二					蕃茄豬肉碎通粉	荷蘭豆雲耳紅蘿蔔炒雞絲	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥蘑菇炒蛋
16	三	薯仔豬肉碎貝殼粉	雜菇豬肉碎炆豆腐	蘋果雪梨雪耳無花果瘦肉湯	豉汁青椒洋蔥炒雞肉				
17	四	牛奶蕃薯甜麥皮配炒蛋	栗子南瓜炆雞肉	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦肉湯	節瓜香菇豬肉碎粉絲				
18	五	椰菜豬肉碎通粉	秋葵蕃茄肉碎炒蛋	老黃瓜赤小豆瘦肉湯	洋蔥雲耳紅蘿蔔豆乾 炒鮮百合				
21	一		鮮淮山粟米蒸肉餅	猴頭菇牛蒡粟米無花果瘦肉湯	翠玉瓜雲耳紅蘿蔔炒雞絲				
22	二	南瓜鮮淮山肉碎粥	蛋花粟米蓉紅蘿蔔燴魚	節瓜花生眉豆瘦肉湯	茄子蘑菇炆豬肉碎				
23	三	香菇豬肉碎意粉	蕃茄洋蔥豬肉碎煮豆腐	南瓜紅蘿蔔瘦肉湯	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉				
24	四	紅蘿蔔豬肉碎麥皮 配炒蛋	冬菇雲耳南瓜蒸雞肉	蓮藕鱈魚綠豆瘦肉湯	菠蘿蜜桃咕嚕肉				
25	五	粟米豬肉餃上海麵	台式肉燥配鹵水蛋	霸王花南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	節瓜草菇炆豆腐				
28	一		蓮藕蒸豬肉餅	木瓜雪耳南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	蕃茄洋蔥紅腰豆燴雞絲				

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

自製咖哩汁：不含椰漿