

22-23年度11月份學生餐單(包括星期五晚)

日	星期	早	午	湯	晚
1	二	薯仔豬肉碎貝殼粉	蕃茄洋蔥紅腰豆燴雞絲	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	鮮淮山紅蘿蔔燴豬肉碎
2	三	蕃茄豬肉碎天使麵	茄子豬肉碎煮豆腐	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉湯	沙嗲薯仔洋蔥燴雞肉 (配黃薑飯)
3	四	牛奶蕃薯甜麥皮 (配炒蛋)	粟米蓉紅蘿蔔燴魚柳	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	蕃茄薯仔洋蔥燴豬肉碎
4	五	時菜豬肉碎米粉	秋葵豬肉碎蒸滑蛋	南瓜雪耳紅蘿蔔瘦肉湯	
7	一		滑豆腐粟米蒸肉餅	蘋果雪梨雪耳無花果瘦肉湯	蕃茄洋蔥豆腐紅腰豆燴魚柳
8	二	香菇豬肉碎意粉	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉	合掌瓜牛蒡紅蘿蔔瘦肉湯	茄子蘑菇燴豬肉碎
9	三	蕃茄豬肉碎通粉	節瓜香菇豬肉碎粉絲	羅漢果菜乾南北杏瘦肉湯	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉
10	四	牛奶南瓜甜麥皮 (配炒蛋)	咖喱薯仔燴魚柳	蓮藕鯿魚黑豆瘦肉湯	芋頭雞脾菇燴豬肉碎
11	五	椰菜紅蘿蔔豬肉碎米粉	蕃茄洋蔥豬肉碎炒蛋	節瓜花生眉豆瘦肉湯	鮮腐竹鮮淮山雲耳紅蘿蔔炒雞脾菇
14	一		粟米蓮藕蒸豬肉餅	猴頭菇粟米紅蘿蔔瘦肉湯	蕃茄洋蔥薯仔茄汁豆燴魚柳
15	二	椰菜豬肉碎通粉	冬菇雲耳南瓜蒸雞肉	羅宋湯	鮮淮山紅蘿蔔蒸肉餅
16	三	蕃茄豬肉碎上海麵	吞拿魚(罐頭礦泉水浸)洋蔥蘑菇炒蛋	老黃瓜赤小豆瘦肉湯	節瓜香菇豬肉碎粉絲
17	四	香菇豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	咖喱洋蔥豬肉碎豆腐	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦肉湯	栗子南瓜燴雞肉
18	五	時菜豬肉碎米粉 (配燕麥奶)	白汁蘑菇紅蘿蔔燴雞絲	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	
21	一		冬菇馬蹄蒸豬肉餅	霸王花南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	南瓜洋蔥吞拿魚炒蛋
22	二	南瓜鮮淮山豬肉碎粥	粟米冬菇魚肚蒸雞肉	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	菠蘿蜜桃咕嚕肉
23	三	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	蟹柳豆腐蒸滑蛋	蘋果雪耳南北杏瘦肉湯	鮮淮山紅蘿蔔燴豬肉碎
24	四	紫薯牛奶甜麥皮 (配炒蛋)	蕃茄洋蔥茄汁豆燴肉片	合掌瓜雪耳南北杏玉竹瘦肉湯	芋頭香菇燴雞肉
25	五	椰菜紅蘿蔔豬肉碎米粉	咖喱洋蔥薯仔燴魚柳	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	南乳溫公煮齋(粉絲、雲耳、什菇、鮮支竹)
28	一		芋頭粒蒸豬肉餅	節瓜花生眉豆瘦肉湯	冬菇雲耳南瓜蒸雞肉
29	二	時菜豬肉碎貝殼粉	蕃茄南瓜紅腰豆洋蔥燴魚柳	合掌瓜牛蒡紅蘿蔔瘦肉湯	台式豬肉燥配鹵水豆腐
30	三	香菇豬肉碎意粉	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉湯	欖菜四季豆炒肉鬆

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：紅米飯，逢周三：粟米飯，逢周四：小米飯，五：藜麥飯。

\*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: \_\_\_\_\_