

22-23年度 6月份學生餐單(包括星期五晚)

日	星期	早	午	湯	晚
1	四	紅蘿蔔豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	粟米蓉紅蘿蔔燴魚柳	蕃茄豆腐大豆芽瘦肉湯	菠蘿甜酸肉
2	五	椰菜豬肉碎通粉	茄子豬肉碎煮豆腐	蘋果雪梨雪耳無花果瘦肉湯	南乳溫公煮齋 (粉絲、雲耳、什菇、鮮支竹)
5	一		秋葵豬肉碎蒸蛋	猴頭菇粟米紅蘿蔔瘦肉湯	沙嗲薯仔洋蔥燻雞肉 (配黃薑飯)
6	二	蕃茄豬肉碎天使麵	勝瓜木耳洋蔥紅蘿蔔炒雞絲	木瓜雪耳南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	節瓜香菇豬肉碎粉絲
7	三	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	咖喱洋蔥豬肉碎豆腐	羅宋湯	翠玉瓜雲耳紅蘿蔔炒雞絲
8	四	蕃薯牛奶甜麥皮 (配炒蛋)	蕃茄洋蔥南瓜紅腰豆燴魚柳	老黃瓜赤小豆瘦肉湯	欖菜豬肉碎煮四季豆
9	五	時菜豬肉碎通粉	鮮淮山紅蘿蔔燻雞肉	羅漢果菜乾南北杏瘦肉湯	
12	一		老少平安 (紅蘿蔔蓉豆腐豬肉碎) 配中華文化美食	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉
13	二	粟米豬肉餃上海麵 (配燕麥奶)	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	節瓜花生眉豆瘦肉湯	鮮淮山紅蘿蔔燻豬肉碎
14	三	薯仔豬肉碎貝殼粉	節瓜香菇豬肉碎粉絲	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦肉湯	蕃茄洋蔥豆腐茄汁豆燴魚柳
15	四	南瓜豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	杞子冬菇雲耳南瓜蒸雞肉	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉湯	欖菜四季豆炒肉鬆
16	五	香菇豬肉碎意粉	蕃茄洋蔥豬肉碎炒蛋	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	香菇雜菜燴鮮腐竹
19	一		紅蘿蔔鮮淮山蒸肉餅 配中華文化美食	冬瓜紅豆薏米瘦肉湯	鮮百合雲耳洋蔥炒雞絲
20	二	時菜豬肉碎貝殼粉	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥南瓜炒蛋	合掌瓜雪耳南北杏玉竹瘦肉湯	蕃茄薯仔洋蔥燴豬肉碎
21	三	蕃茄豬肉碎上海麵	鹽焗雞下腩 (配糴)	南瓜紅蘿蔔雪耳瘦肉湯	粟米蓉紅蘿蔔燴魚柳
22	四	紫薯牛奶麥皮 (配炒蛋)	雜菇豬肉碎燻豆腐	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	鮮淮山紅蘿蔔燻雞肉
23	五	椰菜豬肉碎通粉	栗子紅蘿蔔燻雞肉	霸王花南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	
26	一		蕃茄洋蔥豬肉碎炒蛋	蘋果雪耳南北杏瘦肉湯	豉汁青椒洋蔥炒雞肉
27	二	時菜豬肉碎上海麵	青瓜雲耳紅蘿蔔炒雞絲	苦瓜酸菜黃豆瘦肉湯	豬肉碎蟹柳豆腐蒸滑蛋
28	三	薯仔豬肉碎貝殼粉	香菇四季豆炒肉片	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	南瓜蟲草花雲耳蒸雞肉
29	四	香菇豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	蕃茄洋蔥豆腐茄汁豆燴魚柳	合掌瓜牛蒡紅蘿蔔瘦肉湯	鮮淮山紅蘿蔔燻豬肉碎
30	五	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉	節瓜花生眉豆瘦肉湯	

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: _____