

22-23年度 7月份學生餐單(包括星期五晚)

日	星期	早	午	湯	晚	
3	一		冬菇馬蹄蒸豬肉餅	冬瓜紅豆薏米瘦肉湯	粟米蓉豆腐紅蘿蔔燴魚柳	
4	二	椰菜豬肉碎通粉	鮮淮山紅蘿蔔燴雞肉	雪耳南瓜紅蘿蔔瘦肉湯	節瓜香菇豬肉碎粉絲	
5	三	薯仔豬肉碎貝殼粉	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥南瓜炒蛋	霸王花南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	
6	四	蕃薯牛奶麥皮 (配炒蛋)	勝瓜木耳洋蔥紅蘿蔔炒雞絲	節瓜花生眉豆瘦肉湯	蕃茄薯仔洋蔥燴豬肉碎	
7	五	粟米豬肉餃上海麵 (配燕麥奶)	粟米蓉白豆乾蘑菇燴豬肉片	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦肉湯	鮮腐竹鮮淮山雲耳紅蘿蔔炒雞脾菇	
10	一		老少平安 (紅蘿蔔蓉豆腐豬肉碎)	羅漢果菜乾南北杏瘦肉湯	栗子紅蘿蔔燴雞肉	
11	二	蕃茄豬肉碎上海麵	沙嗲薯仔洋蔥燴雞肉 (配黃薑飯)	合掌瓜雪耳南北杏玉竹瘦肉湯	翠玉瓜紅蘿蔔木耳炒豬肉片	
12	三	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	鮮腐竹雞脾菇紅蘿蔔炒豬肉碎	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉湯	杞子冬菇雲耳南瓜蒸雞肉	
13	四	香菇豬肉碎麥皮 (配炒蛋)	雲耳蟲草花黑蒜蒸雞肉	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	蕃茄南瓜紅腰豆洋蔥燴魚柳	
14	五	薯仔雞肉碎貝殼粉	蕃茄洋蔥豬肉碎炒蛋	海帶粟米紅蘿蔔瘦肉湯		
17	一		滑豆腐蒸肉餅	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	菠蘿甜酸雞球	
18	二	椰菜豬肉碎上海麵	蕃茄洋蔥南瓜紅腰豆燴雞肉	猴頭菇牛蒡粟米無花果瘦肉湯	粟米蓮藕蒸肉餅	
19	三	時菜雞肉碎貝殼粉	鮮淮山紅蘿蔔燴豬肉碎	蕃茄豆腐大豆芽瘦肉湯	南瓜黑蒜雲耳蒸雞肉	
20	四	紫薯牛奶麥皮 (配炒蛋)	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	雜菇豬肉碎燴豆腐	
21	五	蕃茄豬肉碎上海麵	蔥花魚蓉(魚柳)蒸滑蛋	木瓜雪耳南北杏紅蘿蔔瘦肉湯		
24	一	暑假				
25	二	暑假				
26	三	暑假				
27	四	暑假				
28	五	暑假				
31	一	暑假				

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

自製咖哩汁：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: _____