

21-22年度10月份學生餐單(包括8,22/10星期五晚部分宿生留校日)

日	星期	早	午	湯	晚
1	五	1/10 國慶日			
4	一		蕃茄薯仔洋蔥燴豬肉碎	合掌瓜雪耳南北杏玉竹瘦肉湯	芋頭香菇炆雞肉
5	二	椰菜豬肉碎通粉	蔥花魚蓉(青衣柳)蒸滑蛋	猴頭菇牛蒡粟米無花果瘦肉湯	茄子蘑菇炆豬肉碎
6	三	蕃茄豬肉碎天使麵	南瓜蟲草花黑蒜蒸雞肉	老黃瓜赤小豆瘦肉湯	秋葵蕃茄肉碎炒蛋
7	四	牛奶蕃薯蛋花甜麥皮	茄子豬肉碎煮豆腐	節瓜花生眉豆瘦肉湯	翠玉瓜雲耳紅蘿蔔炒雞絲
8	五	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	沙嗲薯仔洋蔥炆雞肉 (配黃薑飯)	蕃茄豆腐大豆芽瘦肉湯	香菇時菜燴豆干
11	一		秋葵豬肉碎蒸滑蛋	冬瓜紅豆薏米瘦肉湯	栗子南瓜炆雞肉
12	二	蕃茄豬肉碎通粉	芋頭香菇炆雞肉	猴頭菇粟米紅蘿蔔瘦肉湯	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥蘑菇炒蛋
13	三	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	蕃茄洋蔥豬肉碎煮豆腐	羅漢果菜乾南北杏瘦肉湯	南瓜蟲草花雲耳蒸雞肉
14	四	南瓜豬肉碎麥皮	粟米冬菇魚肚蒸雞肉 /假日特別餐	蓮藕鱈魚黑豆瘦肉湯	欖菜四季豆炒豬肉鬆 /假日特別餐
15	五	粟米豬肉餃上海麵	鮮淮山紅蘿蔔炆豬肉碎	合掌瓜牛蒡紅蘿蔔瘦肉湯	
18	一		滑豆腐蒸肉餅	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉湯	荷蘭豆雲耳紅蘿蔔炒雞絲
19	二	香菇豬肉碎小米粥	白汁蘑菇紅蘿蔔燴雞絲	霸王花南北杏紅蘿蔔瘦肉湯	芋頭粒蒸豬肉餅
20	三	時菜豬肉碎貝殼粉	菠蘿京都豬柳	紅菜頭粟米雜菜瘦肉湯	蕃茄南瓜紅腰豆洋蔥燴青衣柳
21	四	牛奶蕃薯蛋花甜麥皮	吞拿魚(罐頭礦泉水浸) 洋蔥蘑菇炒蛋	苦瓜酸菜黃豆瘦肉湯	台式豬肉燥配滷水豆腐
22	五	蕃茄豬肉碎上海麵	杞子南瓜雲耳蒸雞	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)
25	一		豬肉碎蒸滑蛋	木瓜花生淡菜玉竹瘦肉湯	勝瓜木耳洋蔥紅蘿蔔炒雞絲
26	二	香菇豬肉碎意粉	豉汁青椒洋蔥炒雞肉	青紅蘿蔔南北杏羅漢果瘦肉湯	香菇四季豆炒豬肉片
27	三	蕃茄豬肉碎通粉	蛋花粟米蓉紅蘿蔔燴青衣柳	粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯	菠蘿咕嚕雞球
28	四	紅蘿蔔豬肉碎麥皮	蕃茄洋蔥紅腰豆燴雞絲	海帶粟米紅蘿蔔瘦肉湯	秋葵豬肉碎蒸滑蛋
29	五	椰菜紅蘿蔔雞肉碎米線	雜菇豬肉碎豆腐	羅宋湯	

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、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

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: _____