



本周餐單(06/11/2023~11/11/2023)

編輯人：林主任

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	A：穀類早餐、美祿 B：蒸饅頭、牛奶	火龍果	瘦肉雞肉蒸雞蛋拌菜心粒 生菜鮫魚球湯	豉油皇炒麵 腐竹白果粥
二	A：穀類早餐、好立克 B：粟米肉茸麥皮	蘋果	排骨菜飯〔豬扒、小棠菜〕 南瓜薯仔洋蔥排骨湯	雞蛋三文治 竹蔗茅根馬蹄雪梨水
三	A：穀類早餐、牛奶 B：生菜雪耳雞絲粥	橙	蜜汁雞翼、蝦仁蒸水蛋拌椰菜花 粟米紅蘿蔔蛋花魚肚羹	菜心冬菇肉絲湯意粉
四	A：穀類早餐、淡豆漿 B：蒸蛋花卷、淡豆漿	哈密瓜	蝦仁菠蘿蛋絲肉鬆炒飯 椰子杞子紅蘿蔔瘦肉雞湯	番薯糖水 餅仔
五	A：穀類早餐、牛奶 B：翠肉瓜牛肉通粉	蘋果	洋蔥鮮茄雞柳拌椰菜 菜心牛肉紅蘿蔔湯	黑糖提子飽 檸檬薏米水
六	雞蛋三文治、牛奶	時果	田園炒飯(粟米、紅蘿蔔粒、青豆、雞絲、蛋粒)	

每餐均安排幼兒餐後飲用清水



本周餐單(13/11/2023~18/11/2023)

編輯人：林主任

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	A：穀類早餐、美祿 B：牛奶雞蛋麥皮	橙	蛋花粟米斑塊伴小棠菜 蓮藕綠豆蜜棗豬脊骨湯	燒賣 芥菜瘦肉絲粥
二	A：穀類早餐、牛奶 B：番茄雞柳通粉	蘋果	冬米雲耳燴兔治肉拌椰菜 枸杞瘦肉湯	沙律碎蛋潛水艇飽 紅蘿蔔馬蹄茅根竹蔗水
三	A：穀類早餐、牛奶 B：蒸饅頭、好立克	香蕉	銀芽雞蛋兔治肉炒米粉 大豆芽番茄紅蘿蔔排骨湯	紅豆砵仔糕(少甜) 橙汁
四	A：穀類早餐、淡豆漿 B：半邊蛋、餅乾、淡豆漿	提子	自製叉燒雜菜豆雞蛋菜心炒飯 忌廉磨菇菠菜瘦肉湯	芋頭西米露 餅仔
五	A：穀類早餐、美祿 B：生菜雪耳雞絲粥	蘋果	白蘿蔔魚餅拌翠肉瓜 紹菜粉絲排骨湯	菜心牛肉湯米粉
六	穀類早餐、牛奶	時果	番茄牛肉湯通粉	

每餐均安排幼兒餐後飲用清水



本周餐單(20/11/2023~25/11/2023)

編輯人：林主任

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	A：穀類早餐、美祿 B：紅蘿蔔粟米粥	蘋果	西蘭花雪耳紅蘿蔔蛋粒雞茸飯 紫菜豆腐蘑菇瘦肉湯	西洋菜牛肉湯通粉
二	A：穀類早餐、好立克 B：菜心雞絲湯米粉	橙	醬爆茄子燴碎肉拌油麥菜 粟米青紅蘿蔔蜜棗瘦肉湯	牛角包 淡豆漿
三	A：穀類早餐、淡豆漿 B：蒸饅頭、淡豆漿	火龍果	雞蛋雞茸漢堡飽（少許洋蔥） 羅宋湯	白粥 五彩炒烏冬 <small>（雞柳、甘筍、冬菇、青椒、紅蘿蔔絲）</small>
四	A：穀類早餐、牛奶 B：生菜肉絲粥	蘋果	北菇蒸雞肉飯拌生菜 陳皮蓮藕鯉魚排骨湯	芝麻糊 餅仔
五	A：穀類早餐、牛奶 B：果占小餐包、牛奶	橙	排骨菜飯〔豬扒、小棠菜〕 木瓜雪耳紅蘿蔔魚尾湯	芝士三文治 檸檬水
六	穀類早餐、牛奶	時果	白菜仔牛肉蝦仁湯通粉	

每餐均安排幼兒餐後飲用清水



本周餐單(27/11/2023~02/12/2023)

編輯人：林主任

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	A：穀類早餐、好立克 B：蒸花卷、牛奶	蘋果	馬蹄蒸牛肉餅拌小棠菜 西洋菜南杏紅蘿蔔蜜棗排骨湯	蒸粟米 竹蔗茅根雪梨水
二	A：穀類早餐、牛奶 B：粟米生菜雞絲粥	橙	醬爆肉豆免治肉拌椰菜 合掌瓜紅蘿蔔粟米牛鯪魚湯	紹菜牛肉湯意粉
三	A：穀類早餐、淡豆漿 B：磨菇奄列、美祿	香蕉	番茄青瓜絲牛肉燴意粉 雜菜牛尾骨湯	芋頭西米露
四	A：穀類早餐、牛奶 B：番茄牛肉湯米粉	蘋果	菠蘿海鮮炒飯 菜心牛肉湯	香蕉班戟 檸檬利賓納
五	A：穀類早餐、好立克 B：蒸饅頭、牛奶	橙	雜菜肉碎蒸滑蛋拌紹菜 紅菜頭紅蘿蔔排骨湯	豉油皇炒麵 紅豆粥
六	半邊蛋、餅仔、牛奶	時果	翠玉瓜牛肉炒飯	

每餐均安排幼兒餐後飲用清水