

二零一九至二零二零年度夏季餐單

上學期 週次：2，6，10

下學期 週次：36，40，44

星期	各級上午茶點	全 日 班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	梳打餅 牛 奶	瘦肉蒸蛋拌椰菜 紫菜蕃茄肉片湯	橙	茅根竹蔗甘筍馬蹄水 動物餅
二	排 包 清 水	粟米滑蛋斑塊 老黃瓜蜜棗豬展湯	木 瓜	手指餅 牛 奶
三	蕃茄牛肉粥	冬菇粒椰菜炆自製肉丸 木瓜花生雞腳排骨湯	香 蕉	烩 蛋 清 水
四	粟米片 牛 奶	西餐：雞脾配薯菜 周打魚湯	橙	牛奶餐包 清 水
五	克力架餅 牛 奶	薯仔粟米煮免治牛肉 蕃茄大豆芽菜木棉魚湯	蘋 果	菜遠肉崧炆米

上學期 週次：3，7，11

下學期 週次：37，41，45



星期	各級上午茶點	全 日 班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	馬利餅 牛 奶	炒粒粒 (雞肉、火腿、粟米、青豆、蘑菇) 粉葛赤小豆扁豆鯪魚湯	蘋果	啫 喱 梳打餅
二	小餐包 清 水	椰菜蜜糖豆甘筍絲肉絲炒麵 生菜絲咸瘦肉蛋花粥	橙	烩番薯 清 水
三	紹菜雞絲湯麵	鮮蝦瘦肉雞蛋煮菜心 蘋果瘦肉湯	香 蕉	腐竹粟米甘筍粥 (動物餅)
四	牛 奶 麥 皮	滑蛋粟米免治牛肉 冬瓜芡實果皮雞湯	蘋 果	衛星包 清 水
五	手指餅 清 水	葡國雞翼 節瓜眉豆豬展蜜棗湯	西 瓜	菜遠肉崧炆米

上學期 週次：4，8，12
下學期 週次：38，42，46



星期	各級上午茶點	全 日 班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	克力架餅 蘋 果 汁	西餐：豉油皇雞脾配薯菜 金銀菜蜜棗煲豬脰湯	橙	班 戟 清 水
二	扭紋餐包 清 水	蕃茄蛋絲免治牛肉燴意粉 雪耳甘筍紅棗雞湯	蘋 果	生菜牛肉粥 (動物餅)
三	菜心瘦肉通粉	粟米滑蛋魚塊 蕃茄薯仔洋葱牛肉湯	蜜瓜	牛奶餐包 清 水
四	果醬三文治 清 水	節瓜粉絲蝦米煮瘦肉 南瓜粟米排骨湯	橙	馬利餅 牛 奶
五	蜜糖星星 牛 奶	西餐：薯菜免治豬肉包伴 俄羅斯雜菜湯	香 蕉	牛肉菜心湯意粉

上學期 週次：5，9，13
下學期 週次：39，43

星期	各級上午茶點	全 日 班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	梳打餅 牛 奶	節瓜甘筍炆雞翼 粟米雪耳冬瓜瘦肉湯	橙	布 甸 動物餅
二	牛油麥包 清 水	菠蘿雞絲蘑菇蝦仁蛋炒飯 粉葛赤小豆扁豆豬脰湯	西 瓜	蕃茄肉碎米粉
三	生菜雞絲粥	節瓜蘑菇煮瘦肉片 木瓜海底椰排骨湯	蘋 果	烱粟米 清 水
四	脆穀樂 牛 奶	冬菇馬蹄蒸瘦肉炒時菜 茅根竹蔗甘筍瘦肉煲魚湯	橙	雞蛋三文治 清 水
五	馬利餅 牛 奶	西餐：洋葱豬扒雜菜配甜餐包 維他命湯 (甘筍、蕃茄、椰菜、黃豆、豬脰)	香 蕉	椰菜肉絲蘑菇炒麵

上學期(夏季) 週次：2 - 13
下學期(夏季) 週次：36 - 46

二零一九至二零二零年度冬季餐單

上學期 週次：14，19，24

下學期 週次：28，32

星期	各級上午茶點	全日班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	馬利餅 牛 奶	葡汁魚柳 木瓜花生雞腳排骨湯	橙	雪菜肉絲炆米
二	衛星包 清 水	菠蘿雞粒炒飯 西洋菜蜜棗陳腎瘦肉湯	香 蕉	蕃茄肉碎粥 (馬利餅)
三	紹菜牛肉上海麵	豉油皇雞脾配薯菜 蕃茄木棉魚豆腐湯	梨	排 包 牛 奶
四	粟米片 牛 奶	蕃茄蛋絲薯仔煮牛肉 雪耳甘筍栗子雞湯	橙	吞拿魚三文治 清 水
五	動物餅 清 水	西餐：蜜汁豬扒西蘭花配甜餐包 意大利雜菜湯	蘋 果	烩番薯 清 水

上學期 週次：15，20

下學期 週次：25，29，34



星期	各級上午茶點	全日班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	克力架餅 牛 奶	青豆粟米洋葱牛肉炒飯 合掌瓜蜜棗瘦肉湯	蘋果	班 戟 清 水
二	排 包 清 水	瘦肉粉絲蒸蛋伴椰菜 雪梨紅蘿蔔豬脰湯	香蕉	椰汁南瓜糖水 梳打餅
三	草菇雞肉通粉	椰菜花伴葡國雞 西洋菜蜜棗排骨湯	蘋 果	烩粟米 清 水
四	梳打餅 蘋果汁	蕃茄蛋絲免治牛肉燴意粉 蓮藕綠豆鯉魚瘦肉湯	橙	生菜牛肉粥 (動物餅)
五	牛 奶 麥 皮	生炒菠蘿雜菜粒雞絲飯 蕃茄大豆芽牛鯪魚湯	梨	雪菜肉絲炆米

上學期 週次：16，21
下學期 週次：26，30，35



星期	各級上午茶點	全 日 班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	動物餅 牛 奶	冬菇馬蹄蒸瘦肉伴椰菜 粉葛赤小豆瘦肉蜜棗湯	橙	眉豆排骨粥 (馬利餅)
二	牛油麥包 清 水	鮮茄雞蛋拌魚塊 冬瓜茨實紅棗煲雞湯	梨	香 蕉 清 水
三	蜜糖星星 牛 奶	炒粒粒 (雞肉火腿粟米甘筍青豆栗子) 南瓜排骨湯	蘋 果	雞蛋三文治 清 水
四	果醬三文治 清 水	紹菜粉絲冬菇拌自製肉丸 老黃瓜蜜棗排骨湯	橙	生菜牛肉米粉
五	烩 蛋 清 水	椰菜甘筍瘦肉炒上海麵 菜乾排骨粥	香 蕉	小餐包 蘋果汁

上學期 週次：18，23
下學期 週次：27，31

星期	各級上午茶點	全 日 班		
		午 餐	水 果	茶 點
		中午12:15 – 1:00		下午3:30 – 3:45
一	手指餅 牛 奶	鹽水雞翼拌去皮青瓜 蘋果雪梨瘦肉湯	蘋 果	烩粟米 清 水
二	脆穀樂 牛 奶	蕃茄雞蛋牛肉意粉 青紅蘿蔔排骨湯	梨	排 包 清 水
三	蛋花粟米瘦肉粥	翠塘豆腐 (肉粒、菜粒、冬菇、蝦仁、雞蛋、豆腐) 蓮藕栗子雞湯	蘋 果	菜心肉絲湯米
四	克力架餅 牛 奶	西餐：草菇甘筍仔椰菜豬扒配甜餐包 羅宋湯 (薯仔、西芹、蕃茄、椰菜、青椒、牛腩)	香 蕉	菜遠雞絲螺絲粉
五	牛奶餐包 清 水	冬菇雲耳蒸雞胸肉 合掌瓜草菇牛鯪魚湯	橙	烩 蛋 清 水

上學期(冬季) 週次：14 - 24
下學期(冬季) 週次：25- 35