



香港保護兒童會

Hong Kong Society for the Protection of Children



賽馬會學心幼兒學校

The Jockey Club Hok Sam Nursery School

單週	星期一 (11/7)	星期二 (12/7)	星期三 (13/7)	星期四 (14/7)	星期五 (15/7)	星期六 (16/7)
早餐	粟米瘦肉意粉	牛奶麥皮	好立克 蜜糖甜方包	蕃茄薯仔湯字母粉	白菜肉碎貝殼粉	牛奶 粟米片
午餐	免治牛肉煮豆腐 椰菜炒瘦肉 糙米飯 節瓜豬鬚湯 水果：橙/蘋果	菜心煮瘦肉 洋蔥碎肉炒蛋 白飯 蕃茄薯仔瘦肉湯 水果：蘋果	冬菇蒸豬肉餅 雞肉炒青瓜 紅白米飯 木瓜瘦肉湯 水果：蘋果	椰菜紅蘿蔔豆卜 炒米粉 粟米雪耳粥 水果：香蕉	黃芽白煮瘦肉 薯仔燴雞柳 白飯 甘荀冬瓜肉粒湯 水果：橙	雜菜免治瘦肉湯米 水果：橙/蘋果
茶點	南瓜肉碎粥	蒸饅頭 牛奶	蕃薯糖水	熱牛奶 果醬三文治	小棠菜瘦肉湯米線	蘋果 清蛋糕



香港保護兒童會

Hong Kong Society for the Protection of Children



賽馬會學心幼兒學校

The Jockey Club Hok Sam Nursery School

雙週	星期一 (4/7,18/7)	星期二 (5/7,19/7 生日會)	星期三 (6/7)	星期四 (7/7)	星期五 (8/7)	星期六 (9/7)
早餐	紹菜瘦肉湯米粉	雜菜瘦肉湯意粉	牛奶蛋花麥皮	熱牛奶 蒸饅頭	黃芽白瘦肉 上海麵	牛奶 粟米片
午餐	娃娃菜煮肉碎 魚肉蒸豆腐 糙米飯 清補涼瘦肉湯 水果：橙/蘋果	雲耳蒸雞 冬瓜粉絲煮瘦肉 白飯 黃豆排骨蜜棗湯 水果：梨	菜芯煮瘦肉 翠肉瓜煮雞柳 紅白米飯 南瓜粟米瘦肉湯 水果：橙/蘋果	蕃茄雞脾菇洋蔥 螺絲粉 豆腐蛋花紫菜湯 水果：橙	薯仔蒸肉餅 西蘭花煮瘦肉 白飯 紅蘿蔔雪耳瘦肉湯 水果：蘋果	雜菜雞肉湯米 水果：橙/蘋果
茶點	好立克 果醬三文治	娃娃菜冬菇米粉	白菜肉碎湯 貝殼粉	生菜魚肉粥	竹蔗馬蹄水 焗番薯	蘋果 清蛋糕