



香港保護兒童會賽馬會學心幼兒學校



雙週	星期一 (3/3,17/3,31/3)	星期二 (4/3,18/3)	星期三 (5/3,19/3)	GREEN-DAY 星期四 (6/3,20/3)	星期五 (7/3,21/3)	星期六 (8/3,22/3)
早餐	雜菜瘦肉湯字母粉	生菜瘦肉通心粉	椰菜豬肉湯上海麵	扭紋餐包 牛奶	蕃茄瘦肉米粉	牛奶 粟米片
午餐	粟米洋蔥炒蛋 瘦肉煮白菜 白飯 雪梨南北杏瘦肉湯 水果: 橙/蘋果	雲耳蒸雞肉 四季豆煮魚肉 白飯 西洋菜 紅蘿蔔瘦肉湯 水果:雪梨	津白粉絲煮瘦肉 薯仔煮牛肉 白飯 粟米南瓜瘦肉湯 水果:蘋果	菠菜忌廉雜菌 燴長通粉 雜菜湯 水果: 香蕉	紅蘿蔔絲炒椰菜花 瘦肉蒸水蛋 白飯 蕃茄薯仔瘦肉湯 水果: 橙	雜菜肉絲湯米粉 水果: 橙/蘋果
茶點	香菇雞肉粥	小餐包 牛奶	蛋花咸麥皮	雙色蕃薯粥	菜心雞肉湯意粉	蘋果 清蛋糕
延展	粟米洋蔥煮瘦肉 蛋炒白菜 白飯 水果: 時果	四季豆煮雞肉 雲耳煮魚肉 白飯 水果: 時果	薯仔煮瘦肉 津白粉絲煮牛肉 紅白米飯 水果: 時果	菠菜忌廉雜菌 燴長通粉 水果: 時果	紅蘿蔔絲蒸水蛋 雞肉炒椰菜花 白飯 水果: 時果	



香港保護兒童會 賽馬會學心幼兒學校



單週	星期一 (10/3,24/3)	星期二 (11/3,25/3)	星期三 (12/3,26/3)	GREEN·DAY 星期四 (13/3,27/3)	星期五 (14/3,28/3 生日會)	星期六 (1/3,15/3,29/3)
早餐	雜菜瘦肉湯米粉	牛奶麥皮	菜心瘦肉上海麵	牛奶 衛星包	生菜瘦肉螺絲粉	牛奶 粟米片
午餐	瘦肉蒸水蛋 清炒西蘭花 糙米飯 海帶豆腐洋蔥 三文魚頭湯 水果: 橙/蘋果	瘦肉煮翠玉瓜 南瓜煮雞肉 白飯 木瓜雪耳瘦肉湯 水果: 雪梨	白菜煮魚肉 薯仔蒸肉餅 白飯 蓮藕栗子瘦肉湯 水果: 橙/蘋果	香菇豆卜椰菜 炒米粉 紫菜蛋花豆腐湯 水果: 蘋果	冬菇蒸豆腐 紹菜煮瘦肉 白飯 青紅蘿蔔瘦肉湯 水果: 雪梨/蘋果	雜豆瘦肉湯意粉 水果: 橙/蘋果
茶點	生菜瘦肉粥	蕃茄瘦肉湯意粉	小棠菜雞肉湯米線	粟米南瓜粥	排包 牛奶	蘋果 清蛋糕
延展	清蒸水蛋 瘦肉煮西蘭花 糙米飯 水果: 時果	雞肉煮生菜 南瓜煮瘦肉 白飯 水果: 時果	薯仔煮瘦肉 清炒白菜 白飯 水果: 時果	香菇豆卜椰菜 炒米粉 水果: 時果	瘦肉蒸豆腐 冬菇煮紹菜 白飯 水果: 時果	