



幼兒膳食餐單



單週	星期一 (12/1,26/1)	星期二 (13/1,27/1)	星期三 (14/1,28/1)	GREEN·DAY 星期四 (15/1,29/1)	星期五 (16/1,30/1 生日會)	星期六 (3/1,17/1,31/1)
早餐	粟米瘦肉湯米粉	排包 牛奶	娃娃菜瘦肉 湯通心粉	牛奶麥皮	蕃茄瘦肉湯螺絲粉	牛奶 粟米片
午餐	牛肉燴豆腐 西蘭花煮瘦肉 糙米飯 青紅蘿蔔瘦肉湯 水果: 橙/蘋果	瘦肉蒸蛋 椰菜炒雲耳 白飯 清補涼瘦肉湯水 果: 蘋果/雪梨	雞肉炒翠玉瓜 菜心煮瘦肉 白飯 紫菜豆腐瘦肉湯 水果: 香蕉	三絲炒米粉 (冬菇、銀芽、椰菜絲) 南瓜小米粥 水果: 蘋果/提子	薯仔炆瘦肉 紹菜粉絲煮豆卜 紅白米飯 西洋菜 紅蘿蔔瘦肉湯 水果: 橙/蘋果	雜豆瘦肉湯意粉 水果: 橙/蘋果
茶點	白菜雞肉上海麵	芋頭香菇 雞肉糙米粥	生菜瘦肉米線	雞蛋三文治 牛奶	菜芯瘦肉湯米通粉	蘋果 清蛋糕
晚點	豆腐炒瘦肉 西蘭花煮牛肉 糙米飯 水果: 時果	瘦肉炒蛋 雲耳炒椰菜 白飯 水果: 時果	翠玉瓜煮瘦肉 菜心炒雞肉 白飯 水果: 時果	三絲炒米粉 水果: 時果	薯仔煮豆卜 紹菜炒瘦肉 白飯 水果: 時果	



幼兒膳食餐單



雙週	星期一 (5/1,19/1)	星期二 (6/1,20/1)	星期三 (7/1,21/1)	GREEN·DAY 星期四 (8/1,22/1)	星期五 (9/1,23/1)	星期六 (10/1,24/1)
早餐	白菜瘦肉 湯上海麵	紹菜瘦肉湯米粉	生菜瘦肉咸麥皮	衛星包 牛奶	雜豆雞肉螺絲粉	牛奶 粟米片
午餐	肉碎蒸水蛋 雞肉炒翠玉瓜 糙米飯 蓮藕綠豆瘦肉湯 水果: 蘋果/提子	豆腐煮瘦肉 椰菜花煮紅蘿蔔 白飯 合掌瓜粟米瘦肉湯 水果: 柑	白蘿蔔煮魚肉 菜芯煮雞柳 白飯 南北杏無花果甘筍 瘦肉湯 水果: 雪梨/蘋果	粟米椰菜絲磨菇 忌廉意粉 羅宋湯 水果: 香蕉	薯仔蒸肉餅 紹菜煮瘦肉 紅米飯 三文魚頭蕃茄 豆腐湯 水果: 火龍果	粟米肉絲湯米粉 水果: 橙/蘋果
茶點	生菜瘦肉湯意粉	蕃茄雞肉米通粉	波菜瘦肉字母粉	蕃薯小米粥	蜜糖方包 牛奶	蘋果 清蛋糕
晚點	雞肉炒蛋 瘦肉煮翠玉瓜 糙米飯 水果: 時果	紅蘿蔔蒸瘦肉 椰菜花炒豆腐 白飯 水果: 時果	白蘿蔔煮雞柳 菜芯炒魚肉 白飯 水果: 時果	粟米椰菜絲磨菇 忌廉意粉 水果: 時果	薯仔煮瘦肉 娃娃菜炒肉餅 白飯 水果: 時果	