



幼兒膳食餐單



單週	星期一 (2/2)	星期二 (3/2)	星期三 (4/2)	GREEN-DAY 星期四 (5/2)	星期五 (6/2)	星期六 (7/2,21/2)
早餐	生菜瘦肉字母粉	椰菜瘦肉湯米粉	蛋花瘦肉咸麥皮	娃娃菜香菇上海麵	排包 牛奶	牛奶 粟米片
午餐	魚肉蒸豆腐 西蘭花炒瘦肉 白飯 青紅蘿蔔瘦肉湯 水果: 蘋果/梨	薯仔炆雞柳 豆卜粉絲燴節瓜 糙米飯 雪梨南北杏瘦肉湯 水果: 蘋果/柑	牛肉蒸蛋 紹菜炒瘦肉 白飯 合掌瓜甘筍瘦肉湯 水果: 蘋果/橙	蕃茄蘑菇椰菜花 炒意粉 腰果紅蘿蔔粟米湯 水果: 香蕉	雞肉炒白菜 南瓜煮瘦肉 白飯 蓮藕綠豆瘦肉湯 水果: 火龍果	雜豆瘦肉湯意粉 水果: 橙/蘋果
茶點	小米瘦肉粥	衛星包 牛奶	菠菜雞肉湯意粉	扭紋餐包 蘋果雪梨茶	菜芯瘦肉湯米通粉	蘋果 清蛋糕
延展	西蘭花炒魚肉 瘦肉燴豆腐 白飯 水果: 時果	薯仔燴節瓜 豆卜粉絲煮雞柳 糙米飯 水果: 時果	紹菜蒸牛肉 瘦肉煮蛋 白飯 水果: 時果	蕃茄蘑菇椰菜花 炒意粉 水果: 時果	雞肉煮南瓜 瘦肉炒白菜 白飯 水果: 時果	



雙週	星期一 (9/2)	星期二 (10/2,24/2 生日會)	星期三 (11/2,25/2)	GREEN-DAY 星期四 (12/2,26/2)	星期五 (13/2,27/2)	星期六 (14/2,28/2)
早餐	菜芯瘦肉湯米粉	薯仔瘦肉通粉	生菜瘦肉湯螺絲粉	衛星包 牛奶	白菜肉粒湯上海麵	牛奶 粟米片
午餐	雲耳炒椰菜 翠玉瓜煮牛肉 糙米飯 黃豆排骨湯 水果：橙/蘋果	蕃茄炒雞蛋 瘦肉炒紹菜 白飯 木瓜魚尾湯 水果：蘋果/提子	豆腐蒸魚肉餅 菜心煮瘦肉 白飯 清補涼瘦肉湯 水果：火龍果	雜錦素炒飯 (瓜粒、紅蘿蔔、洋蔥) 鮮淮山蓮子 芡實粟米栗子湯 水果：香蕉	香菇粟米蒸瘦肉 娃娃菜煮雞柳 紅米飯 紫菜豆腐瘦肉湯 水果：柑/蘋果	雜菜肉絲炒米粉 水果：橙/蘋果
茶點	生菜雞肉粥	蜜糖方包 蘋果雪梨茶	香菇雞肉米通粉	蕃茄秀珍菇意粉	雜菜瘦肉湯米線	蘋果 清蛋糕
延展	翠玉瓜炒雲耳 椰菜煮牛肉 糙米飯 水果：時果	蕃茄煮紹菜 雞蛋蒸瘦肉 白飯 水果：時果	豆腐炒瘦肉 菜心煮魚肉 白飯 水果：時果	雜錦素炒飯 水果：時果	香菇粟米煮雞柳 娃娃菜炒瘦肉 紅米飯 水果：時果	