

第一週 餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 牛油卷包	時菜雞肉湯米	粟米魚蓉粥	雜菜肉碎螺絲粉	牛奶雞蛋麥皮	牛奶 牛油三文治
午餐	蕃茄粟米燴肉菘	南瓜甘荀燴肉菘	蒜茸西蘭花	炒滑蛋	白汁雞柳燴通粉	蕃茄雜菜雞肉湯米
	洋蔥炒滑蛋	蒸水蛋	草菇洋蔥煮雞肉	蕃茄粟米煮魚柳	五色蔬菜湯	
	椰菜花魚蓉湯	時菜雞肉湯	紫菜蛋花瘦肉湯	木瓜雪耳煲雞湯		
水果	蘋果	橙	蘋果	時果	蘋果	
茶點	生菜雞肉湯麵	阿華田 果醬三文治	時菜肉碎湯米線	紅綠豆沙 餅乾	蕃薯雞蛋粥	
晚點	蕃茄肉片飯	時菜雞肉粥	西蘭花肉片燴飯	粟米肉菘飯	椰菜瘦肉粥	

本週星期二、四為健康日，分別為幼兒提供紅米飯及糙米飯。

* 每餐膳食編排以當天為準



第二週 餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 粟米片	時菜雞肉通心粉	清水 蜜糖雞蛋麵包	蕃茄雞肉上海麵	南瓜牛奶麥皮	清水 雞蛋糕
午餐	椰菜花煮魚柳	蕃茄洋蔥炒蛋	清炒時菜	蒸水蛋	揚州炒飯	雜錦肉絲炒麵
	蘑菇炒滑蛋	蒸肉餅	薯仔炆雞翼	青瓜洋蔥煮雞肉	郊外油菜	
	甘荀粟米雞肉湯	紅青蘿蔔排骨湯	勝瓜雲耳粉絲湯	時菜瘦肉湯	節瓜蛋花雞肉湯	
水果	蘋果	橙	蘋果	時果	蘋果	
茶點	南瓜瘦肉粥	腐竹雞蛋薏米糖水 餅乾	生菜肉碎湯麵	牛奶 海綿蛋糕	椰汁咋渣	
晚點	時菜雞肉粥	蕃茄瘦肉湯飯	時瓜瘦肉燴飯	時菜肉菘燴飯	時瓜肉片飯	

本週星期二、四為健康日，分別為幼兒提供紅米飯及糙米飯。

* 每餐膳食編排以當天為準

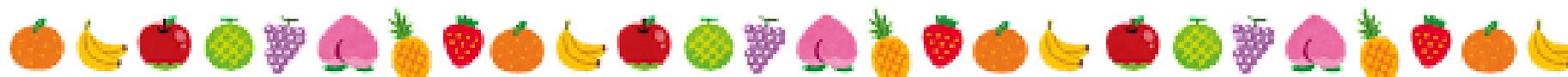


第三週 餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	好立克 扭紋餐包	時菜瘦肉字母粉	雜菜蛋花湯米線	南瓜魚蓉粥	牛奶雞蛋麥皮	牛奶 果醬三文治
午餐	薯仔洋蔥燴雞肉	蒸水蛋	椰菜花煮肉菘	炒滑蛋	乾炒豬柳意粉	生菜瘦肉粥
	清炒椰菜	青瓜甘荀燴雞肉	鹵水蛋	時菜煮瘦肉	時菜肉粒湯	
	紫菜蛋花瘦肉湯	生菜魚肉湯	紅青蘿蔔煲雞湯	蕃茄大豆芽豆腐雞粒湯		
水果	蘋果	橙	蘋果	時果	蘋果	
茶點	時菜肉碎上海湯麵	清水 奶醬三文治	木瓜雪耳糖水	粟粒雞肉湯米	蕃薯糖水	
晚點	薯仔肉粒飯	甘荀瘦肉粥	時菜雞肉燴飯	蕃茄瘦肉粥	時菜肉片飯	

本週星期二、四為健康日，分別為幼兒提供紅米飯及糙米飯。

* 每餐膳食編排以當天為準



第四週 餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 卜卜米	時菜肉絲通心粉	清水 牛油手指包	雞蛋肉碎粥	粟米雞肉咸麥皮	清水 麥包
午餐	白菜仔煮雞肉 蒸水蛋 節瓜魚蓉湯	蕃茄炒蛋 沙葛蒸肉餅 勝瓜粉絲雞肉湯	時菜煮雞柳 七彩翠肉瓜 蕃茄蛋花肉粒湯	津菜煮瘦肉 鹵水雞翼 南瓜豆腐魚湯	生炒菠蘿肉粒飯 大葛赤小豆扁豆排骨湯	干炒肉絲米粉
水果	蘋果	橙	蘋果	時果	蘋果	
茶點	果汁 芝士三文治	椰汁芋頭西米露	甘荀魚肉粥	冰花燉蛋 餅乾	時菜瘦肉湯米	
晚點	時菜肉片飯	蕃茄瘦肉粥	時瓜雞肉飯	粟米瘦肉粥	時菜雞肉燴飯	

本週星期二、四為健康日，分別為幼兒提供紅米飯及糙米飯。

* 每餐膳食編排以當天為準



第五週 餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 蜜糖雞蛋麵包	甘荀肉碎湯米線	蕃茄肉碎粥	雜菜魚蓉湯米	牛奶雞蛋麥皮	清水 雞蛋糕
午餐	蕃茄豆腐煮肉菘	蒸水蛋	白汁野菌燴菠菜	甘荀炒蛋	肉醬甜椒南瓜拌螺絲粉	粟粒蛋花魚柳燴飯
	炒滑蛋	椰菜花粟米煮雞肉	蒸肉餅	王菜煮肉菘	椰子紅蘿蔔雞湯	
	時菜魚蓉湯	節瓜草菇粉絲肉碎湯	紫菜蛋花瘦肉湯	木瓜豆腐滾魚湯		
水果	蘋果	橙	蘋果	時果	蘋果	
茶點	南瓜百合粥	橙汁 朱古力海綿蛋糕	豆漿 咸薄餐	眉豆粟米雞肉粥	時菜肉碎湯米	
晚點	蕃茄滑蛋魚柳飯	時瓜肉粒燴飯	甘荀鮮菇瘦肉粥	時菜豆腐肉粒飯	南瓜肉片飯	

本週星期二、四為健康日，分別為幼兒提供紅米飯及糙米飯。

* 每餐膳食編排以當天為準



第六週 餐單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 焗蛋	粟米瘦肉小米粥	南瓜雞肉蜆殼粉	蕃茄肉碎上海麵	好立克 提子麥餐包	牛奶 果醬三文治
午餐	鮮菇洋蔥煮蜜糖豆	鹵水蛋	蒜茸炒菜心	椰菜花煮雞肉	三絲炒米	蕃茄雞肉上海麵
	蒸肉餅	南瓜炆雞翼	豆卜節瓜煮魚菘	元貝蒸水蛋	椰菜雞肉粥	
	生菜豆腐魚肉湯	蕃茄雜菜瘦肉湯	山藥排骨杞子湯	紫菜蛋花雜菜肉粒湯		
水果	蘋果	橙	蘋果	時果	蘋果	
茶點	蕃茄青豆瘦肉湯米	牛奶 花生醬三文治	草菇肉粒粥	雪耳雪梨糖水 餅乾	時菜雞肉湯麵	
晚點	時菜肉餅飯	蕃茄肉片飯	時瓜滑蛋燴肉粒飯	椰菜花蝦仁雞肉粥	甘荀粟米肉粒飯	

本週星期二、四為健康日，分別為幼兒提供紅米飯及糙米飯。

* 每餐膳食編排以當天為準

