



香港保護兒童會 砵蘭街幼兒學校

用膳餐單



S-1	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐	牛奶粟米片	蒸饅頭 牛奶	甜餐包 牛奶	雜菜肉碎湯 米線	烱蛋 牛奶
水果	蘋果/藍莓	蘋果/橙	蘋果/香蕉	蘋果/火龍果	蘋果/雪梨
午餐	魚肉蒸豆腐 椰菜薯仔蛋絲煮 雞肉 薏米陳皮冬瓜瘦肉 湯(去皮)	冬菇雲耳 蒸雞肉粒 節瓜煮瘦肉 木瓜豆腐魚湯	馬蹄蒸肉餅 菜心煮牛肉 甘筍竹蔗茅根 馬蹄湯	蝦米粉絲蒸蛋 白菜炒雞柳 青紅蘿蔔 瘦肉湯	粟米蘑菇 魚柳燴意粉 羅宋湯 (牛肉)
茶點	雜豆牛肉湯通粉	提子包 水	生菜粟米 肉碎粥	花生醬三文治 牛奶	紅豆沙(少糖) 配餅乾





香港保護兒童會 砵蘭街幼兒學校

用膳餐單



S-2	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐	牛奶蛋花麥皮	烱粟米粒 蒸饅頭配牛奶	麥餐包 牛奶	生菜雞絲米粉	甜餐包 牛奶
水果	蘋果/藍莓	蘋果/橙	蘋果/香蕉	蘋果/火龍果	蘋果/雪梨
午餐	粟米粒豆腐 蒸肉餅 雜菜炒雞柳 合掌瓜栗子甘筍 瘦肉湯	蒸小丸子 (山竹牛肉) 冬瓜冬菇炆 瘦肉 生菜豆腐魚湯	肉碎蒸蛋 紹菜魚肉煮粉絲 清補涼瘦肉湯	燕麥馬蹄蒸肉餅 豆角炒牛肉 蓮藕粟米 紅蘿蔔腰果湯	椰菜銀芽甘筍 肉絲炒米粉 大豆芽番茄豆 腐魚湯
茶點	番茄雞肉湯意粉	牛油卷包 水	冬菇牛肉粥	烱蛋 牛奶	腐竹薏米雞蛋 糖水(少甜) 配餅乾





香港保護兒童會 砵蘭街幼兒學校

用膳餐單



S-3	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐	牛奶粟米片	生菜雞肉粥	烩蛋 牛奶	番茄瘦肉米線	芝麻軟包 牛奶
水果	蘋果/藍莓	蘋果/橙	蘋果/香蕉	蘋果/火龍果	蘋果/雪梨
午餐	瘦肉蒸豆腐 甘筍椰菜炒雞肉 節瓜蛋花瘦肉湯	魚肉蛋卷 菜心炒瘦肉 南瓜粟米魚湯	南瓜蒸肉餅 冬菇瘦肉炆 節瓜 雪耳紅蘿蔔 雞肉(去皮)湯	肉碎粉絲蒸蛋 雜菜煮牛肉 薏米陳皮冬瓜 雞肉湯(去皮)	蘑菇肉醬燴意粉 青紅蘿蔔牛腩湯
茶點	白菜雞肉湯通粉	扭紋餐包 牛奶	蕃薯粥	饅頭 牛奶	蘋果雪梨糖水 (少甜)配 餅乾



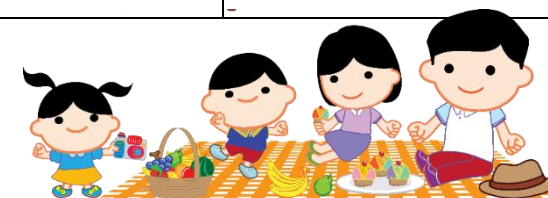


香港保護兒童會 砵蘭街幼兒學校

用膳餐單



S-4	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐	牛奶蛋花麥皮	冬菇肉碎粥	烱粟米粒 餐包配牛奶	甘筍牛肉湯米粉	提子包 牛奶
水果	蘋果/藍莓	蘋果/橙	蘋果/香蕉	蘋果/火龍果	蘋果/雪梨
午餐	豆腐蒸肉碎 菜心炒雞柳 蓮藕綠豆章魚 豬腱湯	牛肉蒸蛋 節瓜煮瘦肉 番茄紅菜頭 薯仔魚湯	金針雲耳冬菇 蒸雞柳 娃娃菜粉絲煮 瘦肉 雪梨蘋果栗子 甘筍湯	粟米蒸肉餅 椰菜花炒牛肉 紫菜蛋花瘦肉湯	白汁蘑菇肉碎 長通粉 羅宋湯(牛肉)
茶點	黃芽白肉絲 湯意粉	迷你班戟 牛奶	菜乾瘦肉粥	果醬三文治 牛奶	蕃薯糖水(少甜) 配餅乾



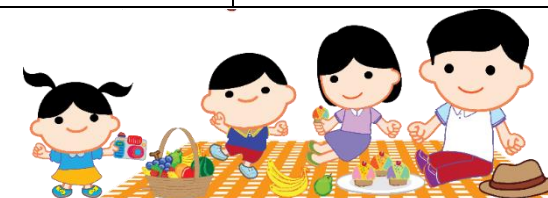


香港保護兒童會 砵蘭街幼兒學校

用膳餐單



S-5	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐	牛奶粟米片	生菜瘦肉粥	烩粟米粒 餐包配牛奶	冬菇雞絲米線	扭紋餐包 牛奶
水果	蘋果/藍莓	蘋果/橙	蘋果/香蕉	蘋果/火龍果	蘋果/雪梨
午餐	肉碎豆腐蒸蛋 炒雜菜 冬瓜蛋花瘦肉湯	馬蹄蒸牛肉 甘筍洋蔥時瓜 炒瘦肉 大荳芽番茄 豆腐魚湯	紅蘿蔔絲肉碎 蒸蛋 冬菇時菜炒魚肉 節瓜花生眉豆 雞肉湯(去皮)	紹菜瘦肉煮粉絲 豉油雞翼 南瓜粟米牛肉湯	紅蘿蔔蛋絲椰 菜燴牛肉意粉 粟米馬蹄紅蘿 蔔豬腱湯
茶點	番茄牛肉湯通粉	牛油卷包 牛奶	麥米粥	烩蕃薯 牛奶	木瓜雪耳糖水 (少甜)配 餅乾



香港保護兒童會 砵蘭街幼兒學校

用膳餐單

星期六	早餐	水果	午餐	茶點
S-1	餅乾配牛奶	時果	生菜魚肉粥	烩粟米
S-2	牛奶粟米片	時果	蕃薯碎肉粥	烩蛋
S-3	餅乾配牛奶	時果	南瓜碎肉粥	烩蕃薯
S-4	牛奶粟米片	時果	菜乾瘦肉粥	烩蛋
S-5	餅乾配牛奶	時果	冬菇牛肉粥	時菜湯意粉