

2024年 11月 宿生膳食餐單

餐膳	類型	星期一	星期二	星期三	星期四	11月1日 星期五 初一	11月2日 星期六	11月3日 星期日
		早餐	主食					素三絲湯米
	飲品					低糖荳漿	好立克	牛奶
午餐	肉類					薯仔支竹素鷄什菌	咖喱鷄柳	節瓜香菇肉粒
	蔬菜					翠玉瓜	椰菜	娃娃菜
下午茶						橙	蘋果	紅荳沙
晚餐	肉類					蕃茄炒蛋	粟米魚柳	金針雲耳蒸鷄
	蔬菜					菜心	南瓜	西蘭花
	湯水					蘋果雪梨水		

餐膳	類型	11月4日 星期一	11月5日 星期二	11月6日 星期三	11月7日 星期四	11月8日 星期五	11月9日 星期六	11月10日 星期日
		早餐	主食	蕃茄肉碎通粉	干蒸牛肉+奶黃包	吞那魚三文治	提子包	雜菜魚旦米粉
	飲品	橙汁	中國茶	牛奶	牛奶麥皮	橙汁	柚子蜜	低糖荳漿
午餐	肉類	冬菇馬蹄肉餅	台式肉碎	雲耳肉片	洋蔥鷄肉拌飯	咖喱肉粒	粟米肉粒	蟲草花雲耳蒸鷄
	蔬菜	生菜	椰菜花	椰菜	南瓜	節瓜	波菜	椰菜
下午茶		香蕉	火龍果	香蕉	梨	橙	蘋果	腐竹薏米鷄蛋
晚餐	肉類	四季豆炒鷄柳	三色椒炒肉片	茄汁魚柳烏冬	白豆角磨菇炒豬柳	香草三文魚	鹵水鷄下脾	雜菌肉碎
	蔬菜	油麥菜	翠玉瓜	菜心	西蘭花	娃娃菜	玉豆	菜心
	湯水	青紅蘿白肉粒湯		赤小豆粉葛豬肉湯		竹蔗茅根水		

備註:

- 餐單或因食材供應而作出更改, 而不另作通告。
- 星期一、三會添加紅米; 星期二、四會添加糙米; 其他日子添加燕麥。
- 逢星期日糖水均為少甜。

批核者簽署:

冼惠梅

草擬者簽署:

余明殷

修改日期:

2024/10/25

2024年 11月 宿生膳食餐單

餐膳	類型	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五 十五	星期六	星期日
早餐	主食	雜菜魚旦烏冬	叉燒包+蝦米腸粉	芝蛋治	芝蔴餐包	奶黃包+糯米卷	蕃茄肉碎湯米	雜菜肉碎通粉
	飲品	低糖荳漿	好立克	牛奶	肉碎麥皮	柚子蜜	橙汁	低糖荳漿
午餐	肉類	薯仔肉粒	洋葱豬柳	冬菇肉粒	三色椒鷄柳	粟米磨菇薯仔拌飯	馬蹄蒸肉餅	蕃茄豬柳
	蔬菜	翠玉瓜	椰菜	南瓜	椰菜花	節瓜	娃娃菜	菜心
下午茶		香蕉	火龍果	香蕉	梨	橙	蘋果	海帶綠荳沙
晚餐	肉類	雜菌免治牛肉	肉碎什菌粟米豆腐	三文魚意粉	肉碎蒸蛋	青豆角炒蛋	四季豆炒牛肉	三色椒肉片
	蔬菜	菜心	白豆角	生菜	波菜	唐生菜	南瓜	西蘭花
	湯水	佛手瓜眉豆豬肉湯		栗子腰果花生豬肉湯		海底椰無花果雪梨水		
餐膳	類型	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐	主食	雜菜腸仔米粉	菜肉包+燒賣	碎蛋三文治	芝士棒棒	雜菜雲吞烏冬	珍珠鷄+腸粉	蕃茄肉碎湯麵
	飲品	橙汁	低糖荳漿	牛奶	牛奶麥皮	中茶	好立克	低糖荳漿
午餐	肉類	咖喱鷄柳	冬菇馬蹄蒸肉餅	三色椒鷄柳	薯仔香菇肉粒	蟲草花雲耳鷄柳	什菌肉碎	香檸鷄
	蔬菜	椰菜花	紹菜	椰菜	紹菜	南瓜	菜心	生菜
下午茶		香蕉	火龍果	香蕉	梨	橙	蘋果	椰汁西米露
晚餐	肉類	香草三文魚	翠玉瓜炒肉片	蕃茄炒蛋	粟米魚柳	四季豆炒牛肉	洋葱鷄中翼	燒汁牛肉
	蔬菜	波菜	菜心	油麥菜	生菜	西蘭花	白豆角	翠玉瓜
	湯水	蕃茄薯仔肉粒湯		蓮藕花生豬肉湯		雪梨薏米水		

備註:

- 餐單或因食材供應而作出更改, 而不另作通告。
- 星期一、三會添加紅米; 星期二、四會添加糙米; 其他日子添加燕麥。
- 逢星期日糖水均為少甜。

批核者簽署:

冼惠梅

草擬者簽署:

余明股

修改日期:

2024/10/25

2024年 11月 宿生膳食餐單

餐膳	類型	11月25日 星期一	11月26日 星期二	11月27日 星期三	11月28日 星期四	11月29日 星期五	11月30日 星期六	星期日
早餐	主食	雜菜蟹柳通粉	叉燒包+干蒸牛肉	腿蛋治	芝士餐包	蕃茄鷄肉米粉	菜肉包+蝦米腸粉	
	飲品	中茶	低糖荳漿	好立克	肉碎麥皮	牛奶	低糖荳漿	
午餐	肉類	台式肉碎	蕃茄免治牛肉	白豆角磨菇肉粒	粟米肉粒	豉汁肉片	鮮茄魚柳	
	蔬菜	椰菜	翠玉瓜	南瓜	紹菜	油麥菜	椰菜花	
下午茶		香蕉	火龍果	香蕉	梨	橙	蘋果	
晚餐	肉類	云耳青瓜炒肉片	香茅鷄	三文魚意粉	栗子炆鷄	蕃茄豬柳	燒汁鷄柳	
	蔬菜	紹菜	娃娃菜	菜心	西蘭花	波菜	娃娃菜	
	湯水	豆腐肉碎紫菜湯		眉豆節瓜肉片湯		蘋果雪梨水		
餐膳	類型	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐	主食							
	飲品							
午餐	肉類							
	蔬菜							
下午茶								
晚餐	肉類							
	蔬菜							
	湯水							

- 備註：
 1. 餐單或因食材供應而作出更改，而不另作通告。
 2. 星期一、三會添加紅米；星期二、四會添加糙米；其他日子添加燕麥。
 3. 逢星期日糖水均為少甜。

批核者簽署：冼惠梅
 草擬者簽署：余明股
 修改日期：2024/10/25