日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (10 月 7 日) 學校假期	時菜火腿烏冬	蘿蔔炆肉片 椰菜/時蔬	蝦米肉碎蒸水蛋 小棠菜/時蔬 蕃茄薯仔瘦肉湯	
星期二 (10 月 8 日)	腸仔包 菜蜜	鹵水雞翼 南瓜肉碎 木瓜雞腳湯	粟米肉粒 菜心/時蔬	
星期三 (10 月 9 日)	炸醬麵	蕃茄魚塊 椰菜花/時蔬 蕃茄肉片湯	香芋排骨 唐生菜/時蔬 什菜湯	
星期四 (10 月 10 日)	午餐肉包 阿華田	沙爹牛肉 菜心 霸王花瘦肉湯	洋蔥豬扒 西蘭花/時蔬	
星期五 (10 月 11 日)	時菜义燒湯河	星州炒米 節瓜粉絲蝦米/時蔬 薏米瘦肉湯	醬爆雙丸 白菜仔/時蔬	夏枯草 (3PM 涼茶)
星期六 (10 月 12 日)	香菇雞蓉粥 燒賣	沙薑雞 紹菜/時蔬	京都肉排 唐生菜/時蔬 赤小豆老黃瓜湯	紅豆沙 (晚點)
星期日 (10 月 13 日)	果占三文治 利賓納	洋蔥牛肉 椰菜/時蔬	梅菜蒸肉餅 勝瓜雲耳/時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	

餐單設計: (范煥英) 註冊護士 日期: 30-8-2019

廚師: (容文杰) 日期: 31-8-2019

舍監批准: (梅達明) 日期: 2/9/2019

校長副署: (姚炳華) 日期: 4-9-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:bsfiles\2017-2018\宿舍每月餐單建議

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (10 月 14 日)	雪菜肉絲米粉	豉汁排骨 紹菜/時蔬 羅漢果瘦肉湯	蓮藕炆肉片 小棠菜/時蔬 紫菜肉碎湯	
星期二 (10 月 15 日)	甜餐包 好立克	冬菇豆卜炆豬柳 節瓜粉絲蝦米 青紅蘿蔔湯	洋蔥牛肉 菜芯/時蔬	
星期三 (10 月 16 日)	雜菜火腿通粉	肉鬆蒸水蛋 椰菜花/時蔬 合掌瓜瘦肉湯	豉油王雞肶 唐生菜/時蔬 無花果瘦肉湯	
星期四 (10 月 17 日)	火腿蛋包 菜蜜	黑椒牛柳 菜心/時蔬 清補涼湯	粟米魚塊 雲耳大豆芽/時蔬	
星期五 (10 月 18 日)	雙丸烏冬	揚州炒飯 翠玉瓜/時蔬 節瓜肉片湯	洋蔥雞柳 白菜仔/時蔬	羅漢果茶 (3P 涼茶)
星期六 (10 月 19 日)	粟米肉碎粥 撈麵	豉油雞 紹菜/時蔬	梅菜炆肉丁 小棠菜/時蔬 黑豆魚尾湯	燉蛋 (晚點)
星期日 (10 月 20 日)	奶醬三文治 檸檬水	沙爹雞球 椰菜/時蔬	鎮江骨 雲耳勝瓜/時蔬 海底椰腰果瘦肉湯	

餐單設計:		(范煥英) 註冊護士	日期:	30-8-2019
廚師:		(容文杰)	日期:	31-8-2019
舍監批准:		(梅達明)	日期:	2/9/2019
校長副署:		(姚炳華)	日期:	4.9.2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:bsfiles\2017-2018\宿舍每月餐單建議

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (10 月 21 日)	醬爆肉碎麵	梅菜蒸肉餅 紹菜/時蔬 清補涼湯	豉椒炒牛肉 小棠菜/時蔬 蕃茄薯仔瘦肉湯	
星期二 (10 月 22 日)	香腸包 菜蜜	鹵水雞中翼 節瓜蝦米粉絲 老黃瓜豬展湯	鮮茄豬扒 菜心/時蔬	
星期三 (10 月 23 日)	時菜魚片湯河	蠔汁豆蔻炆豬柳 椰菜花/時蔬 沙參玉竹瘦肉湯	粟米魚塊 唐生菜/時蔬 蘋果雪耳湯	
星期四 (10 月 24 日)	午餐肉包 利賓納	洋蔥雞柳 菜心魚片 霸王花豬展湯	馬蹄冬菇蒸肉餅 西蘭花/時蔬	
星期五 (10 月 25 日)	時菜雞粒米粉	豉油王火腿炒麵 翠玉瓜魚片/時蔬 芥菜肉片湯	洋蔥豬扒 白菜仔/時蔬	木瓜雪耳蓮子茶 (3P 涼茶)
星期六 (10 月 26 日)	南瓜肉碎粥 腸粉	白切雞 紹菜/時蔬	豉椒炒肉片 小棠菜/時蔬 節瓜鱆魚湯	烚粟米 (晚點)
星期日 (10 月 27 日)	花生醬三文治 阿華田	滑蛋牛肉 椰菜/時蔬	南乳雲耳蒸雞 肉碎茄子/時蔬 海底椰甘荀瘦肉湯	

餐單設計: (范煥英) 註冊護士 日期: 30-8-2019

廚師: (容文杰) 日期: 31-8-2019

舍監批准: (梅達明) 日期: 2/9/2019

校長副署: (姚炳華) 日期: 4-9-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:bsfiles\2017-2018\宿舍每月餐單建議

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (10 月 28 日)	雜菜雙丸烏冬	肉鬆蒸水蛋 紹菜/時蔬 蕃茄薯仔湯	梅子蒸排骨 小棠菜/時蔬 南瓜瘦肉湯	
星期二 (10 月 29 日)	甜餐包 阿華田	粟米肉粒 節瓜粉絲蝦米 粟米紅蘿蔔湯	味菜牛肉 菜心/時蔬	
星期三 (10 月 30 日)	時菜火腿通粉	蜜味雞翼 椰菜花/時蔬 薏米瘦肉湯	京都豬扒 唐生菜/時蔬 紫菜肉碎湯	
星期四 (10 月 31 日)	火腿蛋包 檸檬水	咖喱牛柳 菜心/時蔬 眉豆雞腳湯	金針雲耳蒸雞 雲耳大豆芽/時蔬	
星期五 (11 月 1 日) 學校假期	炸醬麵	肉醬意粉 小棠菜/時蔬	蘿蔔炆排骨 白菜仔/時蔬	龍眼肉桑寄生茶 (3PM 涼茶)
星期六 (11 月 2 日)	粟米肉碎粥 撈米粉	沙薑雞 紹菜/時蔬	番茄豬柳 小棠菜/時蔬 赤小豆老黃瓜湯	腐竹糖水 (晚點)
星期日 (11 月 3 日)	果占三文治 好立克	梅菜蒸肉餅 椰菜/時蔬	燒味雙拼 肉碎蒸茄子/時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	

餐單設計: (范煥英) 註冊護士 日期: 30-8-2019

廚師: (容文杰) 日期: 31-8-2019

舍監批准: (梅達明) 日期: 2/9/2019

校長副署: (姚炳華) 日期: 4-9-2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:bsfiles\2017-2018\宿舍每月餐單建議

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (11 月 4 日)	時菜魚片湯米粉	洋蔥豆卜炆豬柳 紹菜/時蔬 木瓜雪耳湯	糖醋骨 小棠菜/時蔬 雪梨百合瘦肉湯	
星期二 (11 月 5 日)	腸仔包 利賓納	薯仔炆雞 節瓜粉絲蝦米 霸王花豬展湯	燒味雙拼 菜心/時蔬	
星期三 (11 月 6 日)	雪菜肉絲湯麵	鮮茄魚塊 椰菜花/時蔬 合掌瓜肉片湯	沙茶排骨 唐生菜/時蔬 沙參玉竹湯	
星期四 (11 月 7 日)	午餐肉包 阿華田	沙爹牛肉 菜心/時蔬 海底椰瘦肉湯	西檸雞 雲耳大豆芽/時蔬	
星期五 (11 月 8 日)	雜菜火腿通粉	上海粗炒 翠玉瓜叉燒/時蔬 節瓜瘦肉湯	馬碲冬菇蒸肉餅 白菜仔/時蔬	南北杏雪梨水 (3PM 涼茶)
星期六 (11 月 9 日)	香菇雞蓉粥 燒賣	豉油雞 紹菜/時蔬	大豆雲耳炒魚鬆 小棠菜/時蔬 清補涼湯	綠豆沙 (晚點)
星期日 (11 月 10 日)	奶醬三文治 檸檬水	蝦米肉碎蒸水蛋 椰菜/時蔬	鮮茄豬扒 肉碎茄子/時蔬 木瓜魚尾湯	

餐單設計: (范煥英) 註冊護士 日期: 30-8-2019

廚師: (容文杰) 日期: 31-8-2019

舍監批准: (梅達明) 日期: 2/9/2019

校長副署: (姚炳華) 日期: 4.9.2019

CC: 膳食組主席何沛凡主任

Z:bsfiles\2017-2018\宿舍每月餐單建議