

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (12月7日)	時菜雞粒米粉	洋蔥豬扒 紹菜/時蔬 芥菜肉片湯	鹵水雞脾 白菜仔/時蔬 南瓜瘦肉湯	
星期二 (12月8日)	香腸包 好立克	咖喱雞 小棠菜/時蔬 蘋果雪耳湯	豉椒牛肉 椰菜/時蔬	
星期三 (12月9日)	炸菜肉絲麵	鮮茄魚塊 西蘭花/時蔬 蕃茄薯仔湯	宮保雞丁 唐生菜/時蔬 西洋菜瘦肉湯	
星期四 (12月10日)	雞尾包 阿華田	沙爹牛肉 椰菜/時蔬 木瓜瘦肉湯	豆卜炆豬柳 菜芯/時蔬	
星期五 (12月11日)	雜菜火腿湯通粉	上海粗炒 節瓜粉絲蝦米/時蔬 薏米瘦肉湯	梅子排骨 西生菜/時蔬	羅漢果水 (3PM 涼茶)
星期六 (12月12日)	香菇雞蓉粥 燒賣	沙薑雞 菜芯/時蔬	馬蹄冬菇蒸肉餅 紹菜/時蔬 海底椰甘荀瘦肉湯	蕃薯糖水 (晚點)
星期日 (12月13日)	三文治 菜蜜	肉碎蒸水蛋 椰菜花/時蔬	燒味拼紅腸 唐生菜/時蔬 眉豆雞腳湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期:

 15-10-2020

廚師:

 (容文杰)

日期:

 19-10-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期:

 20/10/2020

(署任) 校長副署:

 (林家華)

日期:

 22/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (12月14日)	時菜魚片烏冬	豉汁蒸排骨 椰菜/時蔬 雪梨百合瘦肉湯	西檸雞 小棠菜/時蔬 粉葛赤小豆湯	
星期二 (12月15日)	菠蘿包 好立克	蘿蔔炆豬柳 翠玉瓜魚片/時蔬 合掌瓜豬展湯	咖喱雙丸 菜芯/時蔬	
星期三 (12月16日)	時菜叉燒天使麵	麻婆豆腐 椰菜花/時蔬 清補涼湯	金針雲耳蒸雞 唐生菜/時蔬 紫菜肉碎湯	
星期四 (12月17日)	午餐肉包 阿華田	薯仔炆雞 南瓜肉碎/時蔬 青紅蘿蔔湯	鮮茄豬扒 白菜仔/時蔬	
星期五 (12月18日) 聖誕聯歡會	炸醬麵	肉醬意粉 西蘭花/時蔬 什菜湯	土魷馬蹄蒸肉餅 紹菜/時蔬	木瓜雪耳糖水 (3PM 涼茶)
星期六 (12月19日)	南瓜肉碎粥 撈米	白切雞 小棠菜/時蔬	鮮茄蛋肉片 椰菜/時蔬 節瓜瘦肉湯	香芋西米露 (晚點)
星期日 (12月20日)	麥包+火腿 檸檬水	洋蔥炒牛肉 西生菜/時蔬	鹵水雞中翼 大豆芽魚片/時蔬 木瓜魚尾湯	

餐單設計:



(范煥英)
註冊護士

日期:

15-10-2020

廚師:



(容文杰)

日期:

19-10-2020

舍監批准:



(梅達明)

日期:

20/10/2020

(署任) 校長副署:



(林家華)

日期:

20/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (12月21日) 學校假期 /	雪菜肉絲米粉	梅菜蒸肉餅 紹菜/時蔬 /	洋蔥雞柳 白菜仔/時蔬 霸王花瘦肉湯	
星期二 (12月22日) 學校假期 /	火腿蛋包 好立克	豉油王雞槌 小棠菜/時蔬 /	牛仔骨 椰菜/時蔬	
星期三 (12月23日) 學校假期 /	時菜肉片麵	京都豬扒 西蘭花/時蔬 /	燒味拼紅腸 唐生菜/時蔬 木瓜雪耳湯	
星期四 (12月24日) 學校假期 /	香腸包 阿華田	沙爹雞球 椰菜/時蔬 /	鎮江骨 菜芯/時蔬	
星期五 (12月25日) 學校假期 /	雜菜火腿湯通 粉	星州炒米 椰菜花/時蔬 /	粟米魚塊 西生菜/時蔬	圓肉桑寄生茶 (3P 涼茶)
星期六 (12月26日) 學校假期	粟米肉碎粥 腸粉	豉油雞 菜芯/時蔬	香芋排骨 紹菜/時蔬 蕃茄肉片湯	紅豆沙 (晚點)
星期日 (12月27日) 學校假期	豬仔包+腸仔 利賓納	豆卜炆豬柳 唐生菜/時蔬	冬菇紅棗蒸雞 小棠菜/時蔬 羅漢果瘦肉湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期:

 15-10-2020

廚師:

 (容文杰)

日期:

 19-10-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期:

 20/10/2020

(署任) 校長副署:

 (林家華)

日期:

 22/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (12月28日) 學校假期 ✓	時菜雙丸烏冬	瑤柱肉碎蒸水蛋 椰菜/時蔬 ✓	南瓜排骨 小棠菜/時蔬 菜乾豬骨湯	
星期二 (12月29日) 學校假期 ✓	菠蘿包 好立克	粟米肉粒 菜芯/時蔬 ✓	栗子炆雞 火腿翠玉瓜/時蔬	
星期三 (12月30日) 學校假期 ✓	時菜叉燒河粉	鹵水雞中翼 椰菜花/時蔬 ✓	洋蔥豬扒 唐生菜/時蔬 蘋果瘦肉湯	
星期四 (12月31日) 學校假期 ✓	午餐肉包 阿華田	沙爹雙丸 南瓜/時蔬 ✓	金針雲耳蒸雞 白菜仔/時蔬	
星期五 (1月1日) 學校假期 ✓	擔擔麵	楊州炒飯 菜芯/時蔬 ✓	鮮茄魚塊 西蘭花/時蔬	茅根竹蔗馬蹄水 (3PM 涼茶)
星期六 (1月2日) 學校假期	香菇雞蓉粥 撈米	沙薑雞 小棠菜/時蔬	沙拉骨 紹菜/時蔬 老黃瓜赤小豆湯	燉蛋 (晚點)
星期日 (1月3日)	甜餐包+腸仔 菜蜜	清湯蘿蔔牛腩 西生菜/時蔬	冬菇馬蹄蒸肉餅 雲耳炒勝瓜/時蔬 海底椰瘦肉湯	

餐單設計:

(范煥英)
註冊護士

日期:

15-10-2020

廚師:

(容文杰)

日期:

19-10-2020

舍監批准:

(梅達明)

日期:

20/10/2020

(署任)校長副署:

(林家華)

日期:

22/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (1月4日)	時菜雞粒米粉	鮮茄豬扒 紹菜/時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	咖喱雞 白菜仔/時蔬 黃豆雞腳湯	
星期二 (1月5日)	香腸包 好立克	冬菇豆卜蒸雞 小棠菜/時蔬 無花果瘦肉湯	味菜牛肉 椰菜/時蔬	
星期三 (1月6日)	炸菜肉絲麵	粟米魚塊 西蘭花/時蔬 腰果瘦肉湯	香芋排骨 唐生菜/時蔬 粟米紅蘿蔔湯	
星期四 (1月7日)	雞尾包 阿華田	黑椒牛柳 椰菜/時蔬 合掌瓜瘦肉湯	蕃茄蛋肉片 菜芯/時蔬	
星期五 (1月8日)	雜菜火腿湯通粉	銀芽肉絲炒麵 節瓜粉絲蝦米/時蔬 雪梨瘦肉湯	梅菜蒸肉餅 西生菜/時蔬	南北杏雪梨水 (3P 涼茶)
星期六 (1月9日)	南瓜肉碎粥 撈麵	白切雞 菜芯/時蔬	豆卜炆豬柳 紹菜/時蔬 黑豆魚尾湯	烩粟米 (晚點)
星期日 (1月10日)	三文治 檸檬水	蝦米肉碎蒸水蛋 唐生菜/時蔬	鹵水雞脾 椰菜花/時蔬 蓮藕綠豆湯	

餐單設計:



(范煥英)
註冊護士

日期:

15-10-2020

廚師:



(容文杰)

日期:

19-10-2020

舍監批准:



(梅達明)

日期:

20/10/2020

(署任)校長副署:



(林家華)

日期:

22/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (1月11日)	時菜魚片烏冬	梅子排骨 椰菜/時蔬 沙參玉竹瘦肉湯	金針雲耳蒸雞 小棠菜/時蔬 芥菜肉片湯	
星期二 (1月12日)	菠蘿包 好立克	蘿蔔炆豬柳 翠玉瓜魚片/時蔬 木瓜瘦肉湯	咖喱雙丸 菜芯/時蔬	
星期三 (1月13日)	時菜叉燒天使麵	麻婆豆腐 椰菜花/時蔬 蘋果雪耳湯	咕嚕肉 唐生菜/時蔬 南瓜瘦肉湯	
星期四 (1月14日)	午餐肉包 阿華田	薯仔炆雞 菜芯/時蔬 蕃茄薯仔湯	蓮藕肉片 西蘭花/時蔬	
星期五 (1月15日)	炸醬麵	鮮茄雞絲燴意粉 南瓜肉碎/時蔬 海底椰甘荀瘦肉湯	土魷蒸肉餅 白菜仔/時蔬	木瓜雪耳蓮子水 (3PM 涼茶)
星期六 (1月16日)	粟米肉碎粥 燒賣	豉油雞 小棠菜/時蔬	鎮江骨 紹菜/時蔬 西洋菜瘦肉湯	腐竹雞蛋糖水 (晚點)
星期日 (1月17日)	麥包+火腿 利賓鈉	牛仔骨 西生菜/時蔬	鮮茄蛋肉片 南碎茄子/時蔬 眉豆雞腳湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期:

 15-10-2020

廚師:

 (容文杰)

日期:

 19-10-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期:

 20/10/2020

(署任)校長副署:

 (林家華)

日期:

 22/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (1月18日)	雪菜肉絲米粉	梅菜蒸肉餅 紹菜/時蔬 薏米瘦肉湯	沙爹雞柳 唐生菜/時蔬 粉葛赤小豆湯	
星期二 (1月19日)	火腿蛋包 好立克	豉油王雞槌 小棠菜/時蔬 雪梨百合瘦肉湯	豉椒牛肉 椰菜/時蔬	
星期三 (1月20日)	時菜肉片麵	鮮茄豬扒 西蘭花/時蔬 合掌瓜豬展湯	玉子豆腐 菜芯/時蔬 紫菜肉碎湯	
星期四 (1月21日)	香腸包 阿華田	咖喱雞 椰菜/時蔬 清補涼湯	燒味拼紅腸 白菜仔/時蔬	
星期五 (1月22日)	雜菜火腿湯通 粉	雪菜肉絲炆米 節瓜粉絲蝦米/時蔬 什菜湯	豆卜炆豬柳 西生菜/時蔬	薏米檸檬水 (3PM 涼茶)
星期六 (1月23日)	香菇雞蓉粥 撈麵	沙薑雞 菜芯/時蔬	梅子蒸排骨 紹菜/時蔬 南瓜瘦肉湯	綠豆沙 (晚點)
星期日 (1月24日)	豬仔包+腸仔 菜蜜	沙拉骨 唐生菜/時蔬	北菇蒸雞 小棠菜/時蔬 青紅蘿蔔湯	

餐單設計:

(范煥英)
註冊護士

日期:

15-10-2020

廚師:

(容文杰)

日期:

19-10-2020

舍監批准:

(梅達明)

日期:

20/10/2020

(署任) 校長副署:

(林家華)

日期:

22/10/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (1月25日)	時菜雙丸烏冬	瑤柱肉碎蒸水蛋 椰菜/時蔬 節瓜瘦肉湯	香芋排骨 小棠菜/時蔬 木瓜魚尾湯	
星期二 (1月26日)	菠蘿包 好立克	粟米肉粒 翠玉瓜火腿/時蔬 霸王花瘦肉湯	沙爹雞球 菜芯/時蔬	
星期三 (1月27日)	時菜叉燒河粉	鹵水雞中翼 椰菜花/時蔬 蕃茄肉片湯	洋蔥豬扒 唐生菜/時蔬 菜乾豬骨湯	
星期四 (1月28日)	午餐肉包 阿華田	豆卜炆豬柳 菜芯/時蔬 木瓜雞腳湯	紅棗蒸雞 西蘭花/時蔬	
星期五 (1月29日)	擔擔麵	菠蘿雞粒炒飯 南瓜肉碎/時蔬 羅漢果瘦肉湯	鮮茄魚塊 白菜仔/時蔬	羅漢果水 (3PM 涼茶)
星期六 (1月30日)	南瓜肉碎粥 腸粉	白切雞 小棠菜/時蔬	梅菜蒸肉餅 紹菜/時蔬 南瓜瘦肉湯	生菜魚肉 (晚點)
星期日 (1月31日)	甜餐包+腸仔 檸檬水	味菜牛肉 西生菜/時蔬	鎮江骨 椰菜花/時蔬 老黃瓜赤小豆湯	

餐單設計:

(范煥英)
註冊護士

日期:

15-10-2020

廚師:

(容文杰)

日期:

19-10-2020

舍監批准:

(梅達明)

日期:

20/10/2020

(署任) 校長副署:

(林家華)

日期:

22/10/2020


日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (2月1日)	時菜雞粒米粉	鮮茄豬扒 紹菜/時蔬 蘋果瘦肉湯	鹵水雞槌 白菜仔/時蔬 海底椰瘦肉湯	
星期二 (2月2日)	香腸包 好立克	薯仔炆雞 小棠菜/時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	洋蔥牛肉 椰菜/時蔬	
星期三 (2月3日)	炸菜肉絲麵	粟米魚塊 西蘭花/時蔬 無花果瘦肉湯	蕃茄蛋肉片 唐生菜/時蔬 黃豆雞腳湯	
星期四 (2月4日)	雞尾包 阿華田	沙爹牛肉 椰菜/時蔬 粟米紅蘿蔔湯	冬菇馬蹄蒸肉餅 菜芯/時蔬	
星期五 (2月5日)	雜菜火腿湯通粉	上海粗炒 節瓜粉絲蝦米/時蔬 腰果瘦肉湯	梅子排骨 西生菜/時蔬	圓肉桑寄生茶 (3P 涼茶)
星期六 (2月6日)	粟米肉碎粥 撈麵	豉油雞 菜芯/時蔬	豆卜炆豬柳 紹菜/時蔬 合掌瓜瘦肉湯	蕃薯糖水 (晚點)
星期日 (2月7日)	三文治 利賓納	肉碎蒸水蛋 唐生菜/時蔬	燒味拼紅腸 小棠菜/時蔬 節瓜鱒魚湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期: 15-10-2020

廚師:

 (容文杰)

日期: 19-10-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期: 20/10/2020

(署任)校長副署:

 (林家華)

日期: 22/10/2020

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節