

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (2月15日) 學校假期	雪菜肉絲米粉	梅菜蒸肉餅 紹菜/時蔬	洋蔥雞柳 西蘭花/時蔬 蘋果雪耳湯	
星期二 (2月16日) 學校假期	火腿蛋包 好立克	豉油王雞槌 小棠菜/時蔬	黑椒牛肉 椰菜/時蔬	
星期三 (2月17日) 學校假期	時菜肉片麵	京都豬扒 白菜仔/時蔬	瑤柱肉碎蒸水蛋 菜芯/時蔬 蕃茄薯仔湯	
星期四 (2月18日) 學校假期	香腸包 阿華田	沙爹雞球 椰菜/時蔬	鎮江骨 唐生菜/時蔬	
星期五 (2月19日) 學校假期	雜菜火腿通粉	星州炒米 菜芯/時蔬	豆卜炆豬柳 紹菜/時蔬	薏米檸檬水 (3PM 涼茶)
星期六 (2月20日) 學校假期	香菇雞蓉粥 撈麵	沙薑雞 西生菜/時蔬	香芋排骨 椰菜花/時蔬 西洋菜瘦肉湯	紅豆沙 (晚點)
星期日 (2月21日)	豬仔包+腸仔 菜蜜	粟米魚塊 西蘭菜/時蔬	冬菇紅棗蒸雞 肉碎茄子/時蔬 清補涼湯	

餐單設計:



(范煥英)
註冊護士

日期:

10-12-2020

廚師:



(容文杰)

日期:

17-12-2020

舍監批准:



(梅達明)

日期:

21/12/2020

署任校長副署:



(林家華)

日期:

28/12/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (2月22日)	時菜雙丸烏冬	麻婆豆腐 椰菜/時蔬 海底椰甘荀瘦肉湯	南瓜排骨 小棠菜/時蔬 薏米瘦肉湯	
星期二 (2月23日)	菠蘿包 好立克	粟米肉粒 翠玉瓜/時蔬 眉豆雞腳湯	栗子炆雞 菜芯/時蔬	
星期三 (2月24日)	時菜叉燒河粉	鹵水雞中翼 椰菜花/時蔬 什菜湯	洋蔥豬扒 西生菜/時蔬 合掌瓜豬展湯	
星期四 (2月25日)	午餐肉包 阿華田	豆卜炆豬柳 菜芯/時蔬 粉葛赤小豆湯	金針雲耳蒸雞 西蘭花/時蔬	
星期五 (2月26日)	擔擔麵	楊州炒飯 節瓜粉絲蝦米/時蔬 清補涼湯	鮮茄魚塊 白菜仔/時蔬	南北杏雪梨蓮 子水 (3PM 涼茶)
星期六 (2月27日)	南瓜肉碎粥 撈米	白切雞 唐生菜/時蔬	沙拉骨 紹菜/時蔬 雪梨百合瘦肉湯	燉蛋 (晚點)
星期日 (2月28日)	甜餐包+腸仔 檸檬水	蘿蔔牛腩 椰菜花/時蔬	冬菇馬蹄蒸肉餅 大豆芽炒魚片/時蔬 青紅蘿蔔湯	

餐單設計:

小

(范煥英)
註冊護士

日期:

10-12-2020

廚師:

王

(容文杰)

日期:

17-12-2020

舍監批准:

梅

(梅達明)

日期:

21/12/2020

署任校長副署:

林

(林家華)

日期:

28/12/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (3月8日)	時菜魚片烏冬	梅子蒸排骨 椰菜/時蔬 海底椰瘦肉湯	冬菇蒸雞 小棠菜/時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	
星期二 (3月9日)	菠蘿包 好立克	蘿蔔炆豬柳 翠玉瓜火腿/時蔬 無花果瘦肉湯	土魷蒸肉餅 菜芯/時蔬	
星期三 (3月10日)	時菜叉燒天使麵	瑤柱肉碎蒸水蛋 椰菜花/時蔬 腰果瘦肉湯	蓮藕肉片 唐生菜/時蔬 黃豆雞腳湯	
星期四 (3月11日)	午餐肉包 阿華田	薯仔炆雞 菜芯/時蔬 粟米紅蘿蔔湯	沙爹雙丸 西蘭花/時蔬	
星期五 (3月12日)	炸醬麵	鮮茄雞絲燴意粉 紹菜/時蔬 合掌瓜瘦肉湯	咕嚕肉 白菜仔/時蔬	茅根竹蔗馬蹄水 (3PM 涼茶)
星期六 (3月13日)	香菇雞蓉粥 撈米	沙薑雞 小棠菜/時蔬	豉汁蒸排骨 椰菜花/時蔬 節瓜鱒魚湯	綠豆沙 (晚點)
星期日 (3月14日)	麥包+火腿 菜蜜	牛仔骨 西生菜/時蔬	鎮江骨 雲耳炒勝瓜/時蔬 沙參玉竹瘦肉湯	

餐單設計:

(范煥英)
註冊護士

日期:

10-12-2020

廚師:

(容文杰)

日期:

17-12-2020

舍監批准:

(梅達明)

日期:

21/12/2020

署任校長副署:

(林家華)

日期:

28/12/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (3月15日)	雪菜肉絲米粉	馬蹄冬菇蒸肉餅 紹菜/時蔬 雪梨瘦肉湯	洋蔥雞柳 白菜仔/時蔬 黑豆魚尾湯	
星期二 (3月16日)	火腿蛋包 好立克	豉油王雞槌 小棠菜/時蔬 蓮藕綠豆湯	豉椒牛肉 椰菜/時蔬	
星期三 (3月17日)	時菜肉片麵	鮮茄豬扒 西蘭花/時蔬 芥菜肉片湯	肉碎蒸水蛋 唐生菜/時蔬 木瓜瘦肉湯	
星期四 (3月18日)	香腸包 阿華田	咖喱雞 椰菜/時蔬 蘋果雪耳湯	燒味拼紅腸 菜芯/時蔬	
星期五 (3月19日)	雜菜火腿通粉	雪菜肉絲炆米 節瓜粉絲蝦米/時蔬 蕃茄薯仔湯	沙拉骨 西生菜/時蔬	圓肉桑寄生 (3PM 涼茶)
星期六 (3月20日)	南瓜肉碎粥 撈麵	白切雞 菜芯/時蔬	豆卜炆豬柳 紹菜/時蔬 西洋菜瘦肉湯	生菜魚肉 (晚點)
星期日 (3月21日)	豬仔包+腸仔 檸檬水	南瓜排骨 唐生菜/時蔬	紅棗蒸雞 椰菜花/時蔬 海底椰甘荀瘦肉湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期: 10-12-2020

廚師:

 (容文杰)

日期: 17-12-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期: 21/12/2020

署任校長副署:

 (林家華)

日期: 28/12/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (3月22日)	時菜雙丸烏冬	瑤柱肉碎蒸水蛋 椰菜/時蔬 薏米瘦肉湯	洋蔥豬扒 小棠菜/時蔬 眉豆雞腳湯	
星期二 (3月23日)	菠蘿包 好立克	粟米肉粒 翠玉瓜魚片/時蔬 粉葛赤小豆湯	薯仔炆雞 菜芯/時蔬	
星期三 (3月24日)	時菜叉燒河粉	鹵水雞中翼 椰菜花/時蔬 雪梨百合瘦肉湯	鎮江骨 西生菜/時蔬 合掌瓜豬展湯	
星期四 (3月25日)	午餐肉包 阿華田	豆卜炆豬柳 菜芯/時蔬 清補涼湯	西檸雞 西蘭花/時蔬	
星期五 (3月26日)	擔擔麵	肉醬意粉 南瓜肉碎/時蔬 雜菜湯	粟米魚塊 白菜仔/時蔬	木瓜雪耳蓮子 (3PM 涼茶)
星期六 (3月27日)	粟米肉碎粥 燒賣	豉油雞 小棠菜/時蔬	香芋排骨 紹菜/時蔬 紫菜肉碎湯	蕃薯糖水 (晚點)
星期日 (3月28日)	甜餐包+腸仔 利賓納	味菜炒牛肉 唐生菜/時蔬	梅菜蒸肉餅 椰菜花/時蔬 青紅蘿蔔湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期: 10-12-2020

廚師:

 (容文杰)

日期: 17-12-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期: 21/12/2020

署任校長副署:

 (林家華)

日期: 28/12/2020

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (4月5日) 學校假期	時菜魚片烏冬	梅菜蒸肉餅 椰菜/時蔬	冬菇蒸雞 白菜仔/時蔬 南瓜瘦肉湯	
星期二 (4月6日) 學校假期	火腿蛋包 好立克	咖喱雞 翠玉瓜火腿/時蔬	蓮藕肉片 菜芯/時蔬	
星期三 (4月7日) 學校假期	時菜叉燒天使 麵	鮮茄魚塊 椰菜花/時蔬	南瓜排骨 唐生菜/時蔬 老黃瓜赤小豆湯	
星期四 (4月8日) 學校假期	香腸包 阿華田	黑椒牛柳 菜芯/時蔬	肉碎玉子豆腐 西蘭花/時蔬	
星期五 (4月9日) 學校假期	炸醬麵	星州炒米 南瓜/時蔬	燒味拼紅腸 小棠菜/時蔬	薏米檸檬水 (3PM 涼茶)
星期六 (4月10日) 學校假期	南瓜肉碎粥 撈米	白切雞 白菜仔/時蔬	肉碎蒸水蛋 紹菜/時蔬 海底椰瘦肉湯	紅豆沙 (晚點)
星期日 (4月11日)	豬仔包+腸仔 檸檬水	鎮江骨 西生菜/時蔬	洋蔥雞柳 大豆芽炒魚片/時蔬 南北杏雪耳甘荀湯	

餐單設計:

 (范煥英)
註冊護士

日期: 10-12-2020

廚師:

 (容文杰)

日期: 17-12-2020

舍監批准:

 (梅達明)

日期: 21/12/2020

署任校長副署:

 (林家華)

日期: 28/12/2020

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節