

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (4月4日) 學校假期	時菜魚片湯烏冬	梅子蒸排骨 旺菜	沙爹雞柳 唐生菜 霸王花瘦肉湯	
星期二 (4月5日) 學校假期	麥包+腸仔 阿華田	蘿蔔炆豬柳 翠玉瓜	牛仔骨 菜心	
星期三 (4月6日)	時菜叉燒天使麵	瑤柱肉碎蒸水蛋 小棠菜	京都豬扒 椰菜花 老黃瓜赤小豆湯	
星期四 (4月7日)	香腸包 麥皮	薯仔炆雞 椰菜	豉汁蒸魚柳 西生菜	
星期五 (4月8日)	炸醬麵	肉醬意粉 西蘭花	西檸雞 白菜仔	茅根竹蔗馬蹄
星期六 (4月9日)	香菇雞蓉粥 腸粉	白切雞 唐生菜	蓮藕炆肉片 小棠菜 花生黃豆雞腳湯	生菜魚肉
星期日 (4月10日)	豬仔包+火腿 菜蜜	蝦仁炒蛋 菜心	沙拉骨 大豆芽魚片 蕃茄薯仔湯	

餐單設計:

(黃諾然)
註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

(副舍監)

日期:

17/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

21.3.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (4月11日)	雪菜肉絲湯烏冬	冬菇馬蹄蒸肉餅 旺菜	紅棗雲耳蒸雞 唐生菜 海底椰甘筍湯	
星期二 (4月12日)	午餐肉包 好立克	豉油王雞槌 節瓜粉絲蝦米	沙爹雙丸 白菜仔	
星期三 (4月13日)	時菜肉片湯麵	京都豬扒 菜心	瑤柱肉碎蒸水蛋 西蘭花 雜菜湯	
星期四 (4月14日)	菠蘿包 檸檬水	咖喱雞 椰菜	蕃茄蛋肉片 小棠菜	
星期五 (4月15日) 學校假期	雜菜火腿通粉	楊洲炒飯 椰菜花	粟米魚塊 西生菜	圓肉桑寄生
星期六 (4月16日) 學校假期	粟米肉碎粥 撈麵	豉油雞 白菜仔	冬瓜支竹炆火腩 菜心 青紅蘿蔔湯	蕃薯糖水
星期日 (4月17日) 學校假期	三文治 利賓納	柱候牛腩 小棠菜	豆卜炆豬柳 茄子肉碎 霸王花瘦肉湯	

餐單設計:

(黃諾然)

日期:

註冊護士

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

副舍監

10/3/2022

舍監批准:

(成英愉)

日期:

17/3/2022

校長副署:

日期:

21.2.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (4月18日) 學校假期	時菜雙丸湯烏冬	蝦米肉碎蒸水蛋 旺菜	香芋排骨 唐生菜 節瓜鱈魚湯	
星期二 (4月19日) 學校假期	雞尾包 阿華田	粟米肉粒 南瓜西蘭花	栗子炆雞 菜心	
星期三 (4月20日) 學校假期	時菜叉燒湯河粉	鹵水雞中翼 小棠菜	蕃茄蛋牛肉 椰菜花 南瓜紅蘿蔔湯	
星期四 (4月21日) 學校假期	吞拿魚包 麥皮	豆卜炆豬柳 椰菜	金針雲耳蒸雞 西生菜	
星期五 (4月22日) 學校假期	担担麵	銀芽肉絲炒麵 西蘭花	椒鹽豬扒 白菜仔	木瓜雪耳
星期六 (4月23日) 學校假期	南瓜肉碎粥 撈米	沙薑雞 唐生菜	梅菜蒸肉餅 小唐菜 花生黃豆雞腳湯	香芋西米露
星期日 (4月24日)	甜餐包+腸仔 菜蜜	午餐肉炒蛋 菜心	鎮江骨 勝瓜雲耳 西洋菜湯	

餐單設計:

(黃諾然)

註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

副舍監

日期:

17/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

22.3.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (4月25日)	時菜餐肉湯米粉	鮮茄豬扒 旺菜	薯仔炆雞 唐生菜 沙蔘玉竹瘦肉湯	
星期二 (4月26日)	午餐肉包 好立克	冬菇蒸雞 翠玉瓜	燒味拼盤 白菜仔	
星期三 (4月27日)	炸菜肉絲湯麵	粟米魚塊 菜心	蝦米肉碎蒸水蛋 西蘭花 無花果紅蘿蔔湯	
星期四 (4月28日)	香腸包 利賓納	沙爹牛肉 椰菜	滷水雞槌 小棠菜	
星期五 (4月29日)	雜菜火腿通粉	鮮茄雞絲燴意粉 椰菜花	咕嚕肉 西生菜	夏枯草
星期六 (4月30日)	瑤柱肉碎粥 燒賣	白切雞 白菜仔	南瓜蒸排骨 菜心 蕃茄薯仔湯	紅豆沙
星期日 (5月1日)	麥包+火腿 檸檬水	蕃茄蛋肉片 小棠菜	清湯蘿蔔牛腩 大豆芽魚片 木瓜雪耳湯	

餐單設計:

(黃諾然)
註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

副舍監

日期:

17/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

21.3.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (5月2日) 學校假期	時菜魚片湯烏冬	豉汁蒸排骨 旺菜	鹵水雞髀 唐生菜 菜乾豬骨湯	
星期二 (5月3日)	菠蘿包 阿華田	蘿蔔炆豬柳 節瓜粉絲蝦米	牛仔骨 菜心	
星期三 (5月4日)	時菜叉燒天使麵	瑤柱肉碎蒸水蛋 小棠菜	鮮茄豬扒 椰菜花 粉葛赤小豆湯	
星期四 (5月5日)	雞尾包 麥皮	薯仔炆雞 椰菜	豉汁蒸龍脷 西生菜	
星期五 (5月6日)	炸醬麵	菠蘿雞粒炒飯 西蘭花	西檸雞 白菜仔	薏米檸檬
星期六 (5月7日)	香菇雞蓉粥 撈米	豉油雞 唐生菜	蓮藕肉片 小棠菜 雪梨雪耳南北杏湯	燉蛋
星期日 (5月8日)	豬仔包+腸仔 菜蜜	蝦仁炒蛋 菜心	沙拉骨 茄子肉碎 合掌瓜豬骨湯	

餐單設計:

(黃諾然)

註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

副舍監

日期:

17/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

18.3.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (5月9日) 學校假期	雪菜肉絲湯烏冬	梅菜蒸肉餅 旺菜	冬菇蒸雞 唐生菜 粟米紅蘿蔔湯	
星期二 (5月10日)	吞拿魚包 利賓納	豉油王雞槌 南瓜	沙爹雙丸 白菜仔	
星期三 (5月11日)	時菜肉片湯麵	京都豬扒 菜心	瑤柱肉碎蒸水蛋 西蘭花 紫菜肉碎湯	
星期四 (5月12日)	香腸包 檸檬水	咖喱雞 椰菜	蕃茄蛋肉片 小棠菜	
星期五 (5月13日)	雜菜火腿通粉	上海粗炒 椰菜花	粟米魚塊 西生菜	南北杏雪梨
星期六 (5月14日)	粟米肉碎粥 撈麵	沙薑雞 白菜仔	冬瓜枝竹炆火腩 菜心 冬瓜去濕湯	烩粟米
星期日 (5月15日)	三文治 好立克	柱侯牛腩 小棠菜	豆卜炆豬柳 勝瓜雲耳 清補涼瘦肉湯	

餐單設計:

(黃諾然)
註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

(副舍監)

日期:

17/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

21.3.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (5月16日)	時菜雙丸湯烏冬	蝦米肉碎蒸水蛋 旺菜	南瓜排骨 唐生菜 霸王花瘦肉湯	
星期二 (5月17日)	午餐肉包 菜蜜	粟米肉粒 翠玉瓜	栗子炆雞 菜心	
星期三 (5月18日)	時菜叉燒湯河粉	鹵水雞中翼 小棠菜	豉椒牛肉 椰菜花 蕃茄薯仔湯	
星期四 (5月19日)	菠蘿包 麥皮	冬菇炆豬柳 椰菜	金針雲耳蒸雞 西生菜	
星期五 (5月20日)	担担麵	肉醬意粉 西蘭花	椒鹽豬扒 白菜仔	羅漢果
星期六 (5月21日)	南瓜肉碎粥 腸粉	白切雞 唐生菜	梅菜蒸肉餅 小棠菜 花生黃豆雞腳湯	腐竹雞蛋糖水
星期日 (5月22日)	甜餐包+火腿 阿華田	餐肉炒蛋 菜心	鎮江骨 大豆芽魚片 老黃瓜赤小豆湯	

餐單設計:

(黃諾然)

日期:

註冊護士

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

副舍監

日期:

17/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

21.3.2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (5月23日)	時菜紅腸湯米粉	洋蔥豬扒 旺菜	咖喱雞 唐生菜 海底椰甘筍湯	
星期二 (5月24日)	雞尾包 好立克	金針雲耳蒸雞 節瓜粉絲蒸蝦米	四寶飯 白菜仔	
星期三 (5月25日)	炸菜肉絲湯麵	鮮茄魚塊 菜心	蝦米肉碎蒸水蛋 西蘭花 霸王花瘦肉湯	
星期四 (5月26日)	吞拿魚包 利賓納	豉椒牛肉 椰菜	鹵水雞槌 小棠菜	
星期五 (5月27日)	雜菜火腿通粉	楊洲炒飯 椰菜花	咕嚕肉 西生菜	芋根竹蔗馬蹄
星期六 (5月28日)	瑤柱肉碎粥 撈麵	豉油雞 白菜仔	梅子蒸排骨 菜心 雜菜湯	綠豆沙
星期日 (5月29日)	麥包+腸仔 檸檬水	芹香蘿蔔牛腩 小棠菜	蕃茄蛋肉片 茄子肉碎 青紅蘿蔔湯	

餐單設計:

(黃諾然)
註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

(副舍監)

日期:

12/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

12/3/2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (5月30日)	時菜魚片湯烏冬	梅子蒸排骨 旺菜	沙爹雞柳 唐生菜 西洋菜湯	
星期二 (5月31日)	香腸包 阿華田	蘿蔔炆豬柳 南瓜	牛仔骨 菜心	
星期三 (6月1日)	時菜叉燒天使麵	瑤柱肉碎蒸水蛋 小棠菜	冬菇炆豬柳 椰菜花 花生黃豆雞腳湯	
星期四 (6月2日)	午餐肉包 麥皮	薯仔炆雞 椰菜	豉汁蒸龍利 西生菜	
星期五 (6月3日) 學校假期	炸醬麵	銀芽肉絲炒麵 西蘭花	西檸雞 白菜仔	圓肉桑寄生
星期六 (6月4日)	香菇雞蓉粥 撈米	沙薑雞 唐生菜	蓮藕肉片 小棠菜 南瓜腰果紅蘿蔔湯	生菜魚肉
星期日 (6月5日)	豬仔包+火腿 菜蜜	蝦仁炒蛋 菜心	沙拉骨 勝瓜雲耳 節瓜鱒魚湯	

餐單設計:

(黃諾然)
註冊護士

日期:

11/3/2022

廚師:

(容文傑)

日期:

10/3/2022

舍監批准:

副舍監

日期:

7/3/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

8/3/2022

上述食材只是建議, 會按時令及來貨供應有所調節

