

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (7月4日)	雪菜肉絲湯烏冬	梅菜蒸肉餅 旺菜	冬菇蒸雞 唐生菜 海底椰甘筍湯	
星期二 (7月5日)	香腸包 好立克	豉油王雞槌 節瓜粉絲蝦米	沙爹雙丸 白菜仔	
星期三 (7月6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 (7月7日)	午餐肉包 利賓納	咖哩雞 椰菜	梅子蒸排骨 小棠菜	
星期五 (7月8日)	雜菜火腿通粉	楊洲炒飯 椰菜花	鮮茄魚塊 西生菜	羅漢果茶
星期六 (7月9日)	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	烩粟米
星期日 (7月10日)	甜餐包+火腿 檸檬水	柱侯牛腩 小棠菜	豆卜炆豬柳 茄子肉碎 菜乾豬骨湯	

餐單設計:

(黃諾然)  
註冊護士

日期:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

袁鳳霞 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (7月11日)	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 (7月12日)	菠蘿包 阿華田	粟米玉粒 西蘭花	栗子炆雞 菜心	
星期三 (7月13日)	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 (7月14日)	雞尾包 麥皮	冬菇炆豬柳 椰菜	金針雲耳蒸雞 西生菜	
星期五 (7月15日)	担担麵	銀芽肉絲炒麵 椰菜花	椒鹽豬扒 白菜仔	茅根竹蔗馬蹄
星期六 (7月16日)	南瓜肉碎粥 腸粉	沙薑雞 唐生菜	梅菜肉餅 小棠菜 花生黃豆雞腳湯	腐竹雞蛋糖水
星期日 (7月17日)	三文治 菜蜜	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:

6/6/2022

廚師:



(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:



(袁鳳雯)  
(成英倫) 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:



(成英倫) 副舍監

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (7月18日)	時菜雞粒湯烏冬	洋葱豬扒 旺菜	咖哩雞 唐生菜 沙蔘玉竹瘦肉湯	
星期二 (7月19日)	吞拿魚包 好立克	金針雲耳蒸雞 翠玉瓜	四寶飯 白菜仔	
星期三 (7月20日)	炸菜肉絲湯麵	鮮茄魚塊 菜心	蝦米肉碎蒸水蛋 西蘭花 無花果紅蘿蔔湯	
星期四 (7月21日)	香腸包 利賓納	黑椒牛扒 椰菜	鹵水雞槌 小棠菜	
星期五 (7月22日)	雜菜火腿通粉	鮮茄雞絲燴意粉 椰菜花	咕嚕肉 西生菜	圓肉桑寄生
星期六 (7月23日)	瑤柱肉碎粥 燒賣	白切雞 白菜仔	梅子蒸排骨 菜心 蕃茄薯仔湯	綠豆沙
星期日 (7月24日)	午餐肉包 檸檬水	芹香蘿蔔牛腩 小棠菜	蕃茄蛋肉片 大豆芽魚片 木瓜雪耳湯	

餐單設計:

(黃諾然)  
註冊護士

日期:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

袁鳳雲 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (7月25日)	時菜魚片湯烏冬	梅子蒸排骨 旺菜	沙爹雞柳 唐生菜 菜乾豬骨湯	
星期二 (7月26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 (7月27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 (7月28日)	雞尾包 麥皮	薯仔炆雞 椰菜	豉汁蒸魚柳 西生菜	
星期五 (7月29日)	炸醬麵	菠蘿雞粒炒飯 西蘭花	西檸雞 白菜仔	木瓜雪耳
星期六 (7月30日)	香菇雞蓉粥 撈米	豉油雞 唐生菜	蓮藕炆肉片 小棠菜 雪梨雪耳南北杏湯	生菜魚肉
星期日 (7月31日)	吞拿魚包 檸檬水	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:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

袁鳳雲 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:

(成英倫)

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節



日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (8月1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 粟米紅蘿蔔湯	
星期二 (8月2日)	香腸包 好立克	豉油王雞槌 小棠菜	沙爹雙丸 白菜仔	
星期三 (8月3日) 學校假期	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 (8月4日) 學校假期	午餐肉包 菜蜜	咖哩雞 椰菜	蕃茄蛋肉片 小棠菜	
星期五 (8月5日) 學校假期	雜菜火腿通粉	上海粗炒 椰菜花	粟米魚塊 西生菜	夏枯草
星期六 (8月6日) 學校假期	粟米肉碎粥 腸粉	沙薑雞 白菜仔	冬瓜支竹炆排骨 菜心 冬瓜薏米湯	蕃薯糖水
星期日 (8月7日) 學校假期	三文治 利賓納	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:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

袁鳳雲 副舍監

日期:

5/6/2022

校長副署:

(成英倫)

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (8月8日) 學校假期	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 (8月9日) 學校假期	菠蘿包 阿華田	粟米玉粒 翠玉瓜	栗子炆雞 菜心	
星期三 (8月10日) 學校假期	時菜叉燒湯河粉	鹵水雞中翼 小棠菜	豉椒炒牛肉 椰菜花 蕃茄薯仔湯	
星期四 (8月11日) 學校假期	雞尾包 麥皮	豆卜炆豬柳 椰菜	金針雲耳蒸雞 西生菜	
星期五 (8月12日) 學校假期	担担麵	肉醬意粉 西蘭花	椒鹽豬扒 白菜仔	薏米檸檬
星期六 (8月13日) 學校假期	南瓜肉碎粥 燒賣	白切雞 唐生菜	梅菜蒸肉餅 小棠菜 花生黃豆雞腳湯	香芋西米露
星期日 (8月14日) 學校假期	甜餐包+火腿 菜蜜	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)

註冊護士

日期:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

袁鳳雯 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:

(成英愉)


日期:

7-6-2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (8月15日) 學校假期	時菜餐肉湯米粉	鮮茄豬扒 旺菜	薯仔炆雞 唐生菜 雜菜湯	
星期二 (8月16日) 學校假期	吞拿魚包 好立克	冬菇蒸雞 節瓜粉絲蝦米	燒味雙拼 白菜仔	
星期三 (8月17日) 學校假期	炸菜肉絲湯麵	粟米魚塊 菜心	蝦米肉碎蒸水蛋 西蘭花 青紅蘿蔔湯	
星期四 (8月18日) 學校假期	豬仔包+腸仔 利賓納	豉椒牛肉 椰菜	鹵水雞中翼 小棠菜	
星期五 (8月19日) 學校假期	雜菜火腿通粉	楊洲炒飯 椰菜花	咕嚕肉 西生菜	南北杏雪梨
星期六 (8月20日) 學校假期	瑤柱肉碎粥 撈麵	豉油雞 白菜仔	香芋排骨 菜心 海底椰甘筍湯	紅豆沙
星期日 (8月21日) 學校假期	麥包+火腿 檸檬水	清湯蘿蔔牛腩 小棠菜	蕃茄蛋肉片 茄子肉碎 霸王花瘦肉湯	

餐單設計:

 (黃諾然)  
註冊護士

日期:

6/6/2022

廚師:

 (容文杰)

日期:

24/5/2022


舍監批准:

 袁(鳳雯) 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:

 (成英愉)

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節

日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (8月22日) 學校假期	時菜魚片湯烏冬	豉汁蒸排骨 旺菜	鹵水雞脾 唐生菜 芥菜豬骨湯	
星期二 (8月23日) 學校假期	香腸包 阿華田	豆卜炆豬柳 椰菜花	牛仔骨 菜心	
星期三 (8月24日) 學校假期	時菜叉燒天使麵	瑤柱肉碎蒸水蛋 小棠菜	洋蔥豬扒 西生菜 花生黃豆雞腳湯	
星期四 (8月25日) 學校假期	菠蘿包 麥皮	薯仔炆雞 椰菜	豉汁蒸魚柳 小棠菜	
星期五 (8月26日) 學校假期	炸醬麵	銀芽肉絲炒麵 西蘭花	西檸雞 白菜仔	羅漢果茶
星期六 (8月27日) 學校假期	香菇雞蓉粥 腸粉	沙薑雞 唐生菜	蓮藕炆肉片 椰菜花 南瓜腰果紅蘿蔔湯	燉蛋
星期日 (8月28日) 學校假期	午餐肉包 菜蜜	蝦仁炒蛋 菜心	沙拉骨 勝瓜雲耳 節瓜鱈魚湯	

餐單設計:

(黃諾然)

註冊護士

日期:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

(袁鳳)雯

日期:

6/6/2022

校長副署:

(成英倫)副舍監

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節



日期/星期	早餐	午餐	晚餐	備註
星期一 (8月29日) 學校假期	雪菜肉絲湯烏冬	土魷蒸肉餅 旺菜	冬菇蒸雞 唐生菜 木瓜雪耳豬骨湯	
星期二 (8月30日) 學校假期	雞尾包 好立克	豉油王雞槌 翠玉瓜	沙爹雙丸 白菜仔	
星期三 (8月31日) 學校假期	時菜肉片湯麵	京都豬扒 菜心	瑤柱肉碎蒸水蛋 西蘭花 沙蔘玉竹瘦肉湯	
星期四 (9月1日)	香腸包 利賓納	咖喱雞 椰菜	粟米魚塊 小棠菜	
星期五 (9月2日)	雜菜火腿通粉	鮮茄雞絲燴意粉 椰菜花	冬瓜支竹炆火腩 西生菜	茅根竹蔗馬蹄
星期六 (9月3日)	粟米肉碎粥 燒賣	白切雞 白菜仔	蕃茄蛋肉片 菜心 無花果瘦肉湯	烩粟米
星期日 (9月4日)	檸檬水	柱侯牛腩 小棠菜	豆卜炆豬柳 大豆芽魚片 蕃茄薯仔湯	

餐單設計:

(黃諾然)

註冊護士

日期:

6/6/2022

廚師:

(容文杰)

日期:

24/5/2022

舍監批准:

袁鳳霞 副舍監

日期:

6/6/2022

校長副署:

(成英愉)

日期:

7.6.2022

上述食材只是建議，會按時令及來貨供應而有所調節