

新界婦孺福利會幼兒學校
夏季餐單 5/2017 至 10/2017

(10.4.2017 修訂)

		早 餐	午 餐	下午茶點	
第一週	一	牛奶麥皮粟米片	節瓜雲耳豆腐卜豬肉紅米飯	金銀菜紅蘿蔔瘦肉湯	白果腐竹雞蛋糖水 高纖餅乾
	二	白菜牛肉湯米粉	白汁蘑菇薯仔燴魚柳	赤小豆扁豆老黃瓜/粉葛 瘦肉湯	牛奶 排包
	三	牛奶 果醬三文治	豬肉蒸水蛋菜飯	青紅蘿蔔牛腩湯	時菜免治豬肉粥
	四	雜菜雞絲菠菜麵	茄子蛋絲肉碎糙米飯	蕃茄薯仔豆腐鮮魚湯	牛奶 班戟
	五	牛奶 提子麥包	洋蔥粟米蛋絲燴豬扒	馬蹄甘筍茅根豬腩湯	時菜肉絲 三色螺絲粉
	六	牛奶 芝麻餐包	白汁雞絲燴扁意粉	/	/
第二週	一	牛奶燕麥片 烩蛋(半隻)	脆肉瓜豆腐煮豬肉	茶樹菇紅蘿蔔豬腩湯	銀芽肉絲湯檬粉
	二	時菜瘦肉貝殼粉	蕃茄雞蛋燴魚柳 菜飯	鯧魚節瓜蜜棗豬腩湯	牛奶 芝士醬三文治
	三	牛奶 排包	洋蔥紅蘿蔔薯仔燴雞翼	蕃茄蕃薯粟米粒肉碎湯	生菜鮮魚蓉紅米粥
	四	時菜雞絲湯米粉	時菜甘筍魚肉豆腐肉碎 燕麥飯	清補涼冬瓜肉粒湯	雪糕 芝麻餐包
	五	牛奶 提子麥包	椰菜馬蹄冬菇蒸肉餅 糙米飯	紫菜蛋花魚肉湯	雜菜牛肉湯通粉
	六	牛奶 甜餐飽	蕃茄肉碎湯長通粉	/	/
第三週	一	碎肉粟米鹹麥片	蕃茄薯仔豆腐煮雞柳	南瓜肉粒湯	牛奶 饅頭
	二	牛奶 果醬三文治	粟米茸雜菜燴魚柳	節瓜黃豆瘦肉湯	時菜雞絲湯米線
	三	羅漢齋粥 (秀珍菇、紅蘿蔔、粟米 粒)	洋蔥雜菜薯仔燴豬扒糙 米飯	赤小豆扁豆粉葛瘦肉湯	豆漿 提子麥包
	四	牛奶 花生醬餐包	蝦仁肉碎冬菇煮豆腐菜 飯	蕃茄薯仔紅蘿蔔鮮魚湯	時菜肉絲上海掛麵
	五	蕃茄牛肉湯通粉	粟米菠蘿豆角雞絲炒飯	白果腐竹薏米瘦肉湯	牛奶 蒸雞蛋糕
	六	牛奶 芝士芝麻包	三絲湯米粉	/	/
第四週	一	時菜雞絲 字母粉	洋蔥蕃茄薯仔雞蛋煮牛 肉菜飯	冬瓜薏米肉粒湯	牛奶 排包
	二	牛奶 提子麥包	椰菜枝竹粟米煮免治豬 肉燕麥飯	合掌瓜紅蘿蔔粟米豬腩湯	雜菜瘦肉螺絲粉
	三	時菜魚肉湯米線	青瓜雲耳雞脾菇豬肉糙 米飯	紅蘿蔔蕃茄椰菜牛腩湯	紅豆沙 高纖餅乾
	四	牛奶 吞拿魚三文治	雜菜薯仔燴雞翼	木瓜淡菜魚尾湯	時菜肉碎湯通粉
	五	碎肉金菇紅米粥	南瓜豆角蛋絲煮龍脷柳	粟米蘋果雪耳瘦肉湯	牛奶 牛油蛋糕
	六	牛奶 洋蔥磨菇奄列	時菜雞絲湯米粉	/	/