



6 月份全日班膳食及下午茶點



日期	項目	一	二	三	四	五
3/6 / 7/6	午 膳	1.上湯西蘭花 2.粟米燴魚塊 3.番茄薯仔雜菜湯 4.水果	1.鮮茄煮牛肉 2.上湯津白 3.粟米無花果栗子瘦肉湯 4.水果	1.炒白菜仔 2.碎肉蒸蛋 3.哈密瓜瘦肉湯 4.水果	1.炒菜心 2.冬菇蒸雞柳 3.粉葛甘筍赤小豆陳皮煲 鯪魚湯 4.水果 K1 大自然戶外學習- 南昌公園	教師發展日 Teacher's Development Day
	下午茶點	雞蛋芝士三文治/ 高鈣鮮奶	木瓜雪耳糖水	焗蕃薯	雜菜湯通粉	
10/6 / 14/6	午 膳	端午節假期 Dragon Boat Festival Holiday	1.西蘭花炒肉片柳 2.碎肉粟米煮豆腐 3.合掌瓜茨實瘦肉湯 4.水果	聯校畢業禮 PLK Joint School Graduation Award Ceremony K1-K2 放假一天 Holiday	1.鮮菌煮雞柳 2.上湯娃娃菜 3.粟米無花果栗子瘦肉湯 4.水果	1.粟米雞粒炒飯配時菜 2.南瓜瘦肉湯 3.水果
	下午茶點		竹蔗馬蹄糖水		粟米肉碎粥	蒸腸粉 / 高鈣低糖豆漿
17/6 / 21/6	午 膳	K3 畢業旅行 K3 Graduation Picnic K1-K2 放假一天 Holiday	1.上湯菠菜苗 2.鮮茄洋蔥燴豬扒 3.南瓜豬骨湯 4.水果	1.番茄炒蛋 2.灼西蘭花 3.合掌瓜茨實瘦肉湯 4.水果	1.粟米豆腐扒鮮菇 2.西蘭花炒雞柳 3.粉葛甘筍赤小豆陳皮 煲鯪魚湯 4.水果	1.白汁碎肉磨菇意粉配 時菜 2.薯仔牛腩碎雜菜湯 3.水果
	下午茶點		腐竹薏米糖水	焗蕃薯	番茄肉碎湯米粉	蒸菜肉包 / 高鈣低糖豆漿
24/6 / 28/6	午 膳	1.菜苗扒鮮菇 2.粟米燴魚柳 3.雪耳木瓜腰果湯 4.水果	1.薯仔煮牛肉 2.炒西蘭花 3.豆腐番茄瘦肉湯 4.水果	1.鮮菌炒蛋 2.菜心煮肉碎 3.白菜菜乾瘦肉湯 4.水果	1.炒菜心 2.冬菇蒸雞柳 3.粉葛甘筍赤小豆陳皮煲 鯪魚湯 4.水果	1.菠蘿甘筍雞粒炒飯 配時菜 2.沙參玉竹雪梨瘦肉湯 3.水果
	下午茶點	果醬三文治 / 高鈣鮮奶	腐竹雞蛋糖水	焗粟米	雜菜湯通粉	蒸腸粉 / 高鈣低糖豆漿