



1 月份全日班膳食及下午茶點



日期	項目	一	二	三	四	五
1/1 / 2/1	午 膳					1/1-2/1 聖誕及新年假期及元旦 (Christmas and New Year Holidays)
5/1 / 9/12	午 膳	1.鮮菌煮節瓜 2.煎魚手指條 3.白菜菜乾瘦肉湯 4.水果	1.上湯津白 2.鮮茄燴豬扒柳 3.合掌瓜茨實瘦肉湯 4.水果	1.炒時菜 2.肉碎煎蛋角 3.青紅蘿蔔豬骨湯 4.水果	1.炒白菜仔 2.豆腐雞粒 3.雪耳木瓜瘦肉湯 4.水果	1.鮮茄肉醬螺絲粉配西蘭花 2.薯仔牛肉碎雜菜湯 3.水果
	下午茶點	芝士三文治/高鈣低脂牛奶	南瓜西米露/餅乾	番薯/清水	粟米牛肉湯烏冬	蒸菜肉包/高鈣低糖豆漿
12/12 / 16/12	午 膳	1.炒時菜 2.粟米燴魚塊 3.海底椰鮮百合紅蘿蔔合掌瓜湯 4.水果	1.焗菜心 2.薯仔煮牛肉 3.番茄薯仔雜菜湯 4.水果	1.上湯津白 2.番茄肉碎炒蛋 3.白菜菜乾瘦肉湯 4.水果	1.西蘭花炒雞柳 2.粟米豆腐扒鮮菇 3.沙參玉竹雪梨瘦肉湯 4.水果	1.菠蘿甘筍雞粒炒飯配時菜 2.粉葛甘筍赤小豆陳皮煲鯪魚湯 3.水果
	下午茶點	芝士條/高鈣低脂牛奶	蘋果雪梨糖水/餅乾	粟米/清水	南瓜肉碎粥	蒸奶黃包/高鈣低糖豆漿
19/1 / 23/1	午膳	1.上湯西蘭花 2.白汁魚塊 3.粟米無花果栗子瘦肉湯 4.水果	1.上湯菠菜苗 2.洋蔥豬扒 3.南瓜豬骨湯 4.水果	1.清炒西蘭花 2.碎肉蒸蛋 3.番茄薯仔雜菜湯 4.水果	1.上湯娃娃菜 2.鮮菌煮雞柳 3.哈蜜瓜瘦肉湯 4.水果	1.白汁碎肉磨菇意粉配時菜 2.粟米無花果栗子瘦肉湯 3.水果
	下午茶點	蛋撻/高鈣低脂牛奶	竹蔗馬蹄糖水/餅乾	烱蛋/清水	娃娃菜肉絲通粉	蒸腸粉/高鈣低糖豆漿
26/1 / 30/1	午膳	1.炒椰菜 2.洋蔥魚柳 3.西洋菜牛肉湯 4.水果	1.炒白菜仔 2.鮮茄煮牛肉 3.粟米無花果栗子瘦肉湯 4.水果	1.上湯娃娃菜 2.番茄炒肉片 3.合掌瓜茨實瘦肉湯 4.水果	1.炒菜心 2.冬菇蒸雞 3.粉葛甘筍赤小豆陳皮煲鯪魚湯 4.水果	1.鮮茄牛肉炒河粉 2.合掌瓜茨實瘦肉湯 3.水果
	下午茶點	瑞士卷/高鈣低脂牛奶	腐竹雞蛋糖水/餅乾	栗子/清水	番茄牛肉菠菜麵	蒸饅頭/高鈣低糖豆漿