

保良局莊啟程夫人幼稚園

10月餐單



日期		半日班茶點	全日班午餐			全日班下午茶
8	三	丹麥條	肉碎蒸蛋 紹菜炒魚柳	蕃茄薯仔紅蘿蔔蜜棗 魚湯	蘋果	時菜肉片粥
9	四	蘋果	薯仔蒸雞肉 合掌瓜炒肉片	粉葛赤小豆扁豆陳皮 豬展湯	香蕉	烩蛋
10	五	芒果卷蛋糕	白汁雞柳燴意粉	椰子合掌瓜甘筍粟米 豬展湯	梨	麵包
13	一	蒜茸包	馬蹄蒸肉餅 紹菜炒雞肉	冬瓜粟米紅蘿蔔瘦肉 湯	蘋果	牛奶粟米片
14	二	藍莓	合掌瓜蒸雞肉 蕃茄蛋絲燴牛肉	龍利葉海底椰蘋果百 合瘦肉湯	香蕉	時菜雞肉米粉
15	三	蘋果	粟米蒸魚柳 菜芯炒雞肉	粉葛赤小豆扁豆陳皮 牛腩湯	火龍果	烩蛋
16	四	牛肉球	雞肉粉絲蒸蛋 西蘭花炒肉條	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉 湯	藍莓	燒賣
17	五	士多啤梨蛋糕	肉醬意粉	蟲草花鮮淮山蓮子百 合蜜棗螺頭瘦肉湯	梨	麵包
20	一	火腿三文治	粟米蒸雞肉 椰菜花炒魚柳	青紅蘿蔔豬骨湯	蘋果	牛奶麥皮
21	二	燒賣	鮮淮山蒸雞肉 西蘭花炒牛肉	紅菜頭粟米栗子紅蘿 蔔瘦肉湯	香蕉	牛肉球
22	三	香蕉	粟米肉碎蒸蛋 蕃茄炒肉片	蘋果雪梨蜜棗生魚湯	火龍果	時菜肉片粥
23	四	餅乾	合掌瓜蒸魚柳 栗子炆雞翼	木瓜雪耳紅蘿蔔百合 南北杏蜜棗瘦肉湯	藍莓	烩蛋
24	五	原味卷蛋糕	翠肉瓜雞蛋雞柳 炒飯	老黃瓜扁豆赤小豆蜜 棗瘦肉湯	梨	麵包
27	一	芝士包	馬蹄蒸肉餅 西蘭花炒雞肉	合掌瓜栗子淮山蜜棗 瘦肉湯	蘋果	牛奶粟米片
28	二	蘋果	粟米蒸魚柳 甘筍薯仔炒牛肉	冬瓜薏米淮山瘦肉湯	香蕉	時菜雞肉米粉
30	四	粟米	肉碎蒸蛋 紹菜炒魚柳	蕃茄薯仔紅蘿蔔蜜棗 魚湯	提子	蕃薯
31	五	蜂蜜蛋糕	薯仔蒸雞肉 合掌瓜炒肉片	粉葛赤小豆扁豆陳皮 豬展湯	火龍果	麵包

* 以上食物均以幼兒的食量安排，有關茶點之調動不作另行通知。