

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
2	五	檸檬卷蛋糕	蕃茄雞柳燴意粉	竹蔗茅根馬蹄紅蘿蔔 瘦肉湯	哈密瓜	麵包
5	一	藍莓	金菇蒸雞肉 西蘭花炒魚柳	綠豆蓮藕章魚瘦肉湯	蘋果	牛奶麥皮
6	二	芝士包	合掌瓜蒸雞肉 菜芯炒牛肉	龍利葉海底椰蘋果百 合瘦肉湯	火龍果	腸粉
7	三	燒賣	粟米蒸肉餅 蕃茄薯仔燴雞肉	木瓜花生蜜棗生魚湯	香蕉	紅豆沙
8	四	雙色切件蛋糕	肉碎蒸蛋 菜芯炒魚肉	冬瓜草菇蛋花瘦肉湯	藍莓	麵包
9	五	蘋果	翠肉瓜雞蛋雞柳炒飯	節瓜瑤柱瘦肉花生眉 豆湯	哈密瓜	牛肉球
12	一	原味卷蛋糕	金菇蒸雞肉 粟米炒魚柳	青紅蘿蔔豬骨湯	蘋果	牛奶粟米片
13	二	腸粉	合掌瓜蒸雞肉 蕃茄蛋絲燴牛肉	南瓜花生眉豆蜜棗瘦 肉湯	藍莓	饅頭
14	三	牛肉球	馬蹄蒸肉餅 菜芯炒雞肉	粉葛赤小豆扁豆陳皮 牛鞭湯	香蕉	時菜肉碎米粉
15	四	火龍果	雞肉蒸蛋 西蘭花炒肉條	蕃茄薯仔紅蘿蔔瘦肉 湯	火龍果	蕃薯
16	五	丹麥條	肉醬意粉	蟲草花鮮淮山蓮子百 合蜜棗螺頭瘦肉湯	哈密瓜	蛋糕
20	二	火腿三文治	金菇蒸雞肉 西蘭花炒牛肉	竹蔗茅根馬蹄紅蘿蔔 瘦肉湯	火龍果	時菜肉片粥
21	三	蘋果	節瓜粉絲蒸魚柳 蕃茄甘筍炒雞肉	蘋果雪梨乾蜜棗生魚 湯	香蕉	燒賣
22	四	馬拉盞	粟米肉碎蒸蛋 薯仔炆雞翼	木瓜雪耳紅蘿蔔百合 南北杏蜜棗瘦肉湯	藍莓	饅頭
23	五	士多啤梨切件 蛋糕	椰菜紅蘿蔔肉條炆米	羅宋湯	哈密瓜	麵包
26	一	腸仔包	金菇蒸雞肉 西蘭花炒魚柳	老黃瓜扁豆赤小豆蜜 棗瘦肉湯	蘋果	牛奶粟米片
27	二	哈密瓜	馬蹄蒸肉餅 甘筍薯仔炒牛肉	紅菜頭粟米栗子紅蘿 蔔瘦肉湯	藍莓	時菜雞肉米粉
28	三	蘋果	粟米蒸魚柳 合掌瓜炒雞肉	蕃茄薯仔紅蘿蔔蜜棗 魚湯	香蕉	牛肉球
29	四	燒賣	薯仔蒸雞肉 菜芯炒肉片	粉葛赤小豆扁豆陳皮 豬展湯	火龍果	蕃薯
30	五	香橙卷蛋糕	蕃茄雞柳燴意粉	椰子合掌瓜甘筍粟米 豬展湯	哈密瓜	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。