



保良局譚華正夫人幼稚園
每月餐單



六月份		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
01/06 至 02/06	上午茶 點			丹麥條 清水	香蕉 30 磅 牛奶	
	午膳			蟲草花蒸雞燕麥 飯節瓜章魚肉粒 湯 梨	南瓜蒸肉餅 飯冬瓜粒瘦 肉湯 提子	公共假期
	下午茶 點			清水芝麻包	清水蘋果	
06/06 至 10/06	上午茶 點	清水，紅豆包	芝士條 清水	蘋果 清水	紫薯包 牛奶	香蕉 清水
	午膳	白汁粟米魚扒 飯 霸王花老 黃瓜排骨湯 蘋果	香菇粟米蒸 雞紅米飯 木 瓜瘦肉湯 雪 梨	滑蛋魚柳飯合 掌瓜甘筍排骨湯 紅提	馬蹄蒸肉餅 燕麥飯 羅漢 果甘筍瘦肉 湯 蘋果	粟米雞蓉蒸水蛋 飯 蕃茄蛋花肉片 湯 青提
	下午茶 點	清水鹹餐包	清水雞尾包	清水香蕉	清水芝麻包	清水蘋果
13/06 至 17/06	上午茶 點	清水，芝士條	清水、丹麥 條	香蕉	牛奶，瑞士 卷	香蕉 清水
	午膳	蝦仁豆腐雞球 飯 清補涼瘦 肉湯 梨	杞子蒸雞紅 米飯 節瓜肉 片湯 蘋果	茄子肉絲飯 清 補涼唐排湯 提 子	節瓜雞粒飯 冬瓜薏米瘦 肉湯 蘋果	粟米汁肉碎蒸水 蛋飯 雪耳木瓜肉 片湯 提子
	下午茶 點	清水提子包	清水減餐包	清水蘋果	清水曲奇餅 1	清水雪梨
20/06 至 24/06	上午茶 點	清水，紅豆包	清水，芝士 條	清水，蘋果	牛奶，瑞士 卷	清水，香蕉
	午膳	蒜蓉汁豬柳漢 堡扒飯 羅宋 湯（豬肉）梨	冬瓜肉絲飯 紅蘿蔔南北 杏瘦肉湯 蘋果	蒜香薯仔蒸肉粒 飯 蕃茄肉碎湯 提子	什菌雞球飯 老黃瓜瘦肉 湯 蘋果	肉絲炒油麵 青紅 蘿蔔豬展湯 提子
	下午茶 點	清水，甜餐包	清水，雞尾 包	清水，香蕉	清水，曲奇 餅	清水，雪梨
27/06 至 30/06	上午茶 點	清水，雞尾包	清水香蕉	清水，丹麥條	清水，蘋果	
	午膳	菠菜汁魚扒飯 南瓜甘筍瘦肉 湯 梨	青瓜蒸肉片 飯鮮茄什菜 肉片湯 提子	台式肉燥飯 蛋 花瘦肉湯 蘋果	茄子雞絲飯 清補涼瘦肉 湯 梨	
	下午茶 點	清水，甜餐包	清水，蘋果	清水曲奇餅	清水 香蕉	

注：以上食譜如因供應商缺貨，本園會作修改，但不會另行通知