



保良局譚華正夫人幼稚園
每月餐單



七月份		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
01/07 至 02/07	上午茶 點					
	午膳					公共假期
	下午茶 點					
04/07 至 08/07	上午茶 點	清水粟米麵包	清水芝士條	清水鴨梨	牛奶紫薯包	清水香蕉
	午膳	白汁粟米魚扒 飯 節瓜蜜棗 瘦肉湯 蘋果	節瓜雞粒飯 合掌瓜瘦肉 湯 梨	蟲草花蒸雞球飯 冬瓜蛋花肉粒湯 紅提	白汁吞拿魚 蝦仁意粉 青紅蘿蔔瘦 肉湯 蘋果	粟米雞蓉蒸水蛋 飯 木瓜瘦肉湯 青提
	下午茶 點	清水瑞士卷	清水提子包	清水香蕉	清水清蛋糕	清水蘋果
11/07 至 15/07	上午茶 點	清水燕麥包	清水吞拿魚 包	清水火龍果	牛奶瑞士卷	香蕉清水
	午膳	燒汁豬柳飯 甘筍南北杏瘦 肉湯 梨	金銀蒜薯仔 蒸肉粒飯 冬瓜甘筍瘦 肉湯 蘋果	蘑菇汁魚柳螺絲 粉 清補涼瘦肉 湯 提子	雞蛋蒸肉餅 燕麥飯 粟米紅蘿蔔 排骨湯 蘋果	什錦海鮮飯 冬瓜薏米肉粒湯 提子
	下午茶 點	清水牛奶包	清水芝麻包	清水蘋果	清水粟米包	清水雪梨
18/07 至 22/07	上午茶 點	清水，紅豆包	清水，粟米 麵包	清水，蘋果	牛奶燕麥包	清水，火龍果
	午膳	葡汁豬柳漢堡 扒飯 合掌瓜粟米瘦 肉湯 梨	香芋汁薯魚 粒意粉 蕃茄薯仔肉 片湯 蘋果	滑蛋魚柳飯 羅漢果甘筍瘦肉 湯 提子	豆腐蒸肉餅 紅米飯 節瓜甘筍肉 粒湯 蘋果	甘筍汁雞球螺絲 粉 鮮茄什菜肉 片湯 提子
	下午茶 點	清水燕麥包	清水牛奶包	清水香蕉	清水瑞士卷	清水雪梨
25/07 至 29/07	上午茶 點	清水粟米麵包	清水紫薯包	清水火龍果	牛奶芝麻包	清水蘋果
	午膳	茄子雞柳飯 白菜甘筍豬展 湯 梨	台式肉燥飯 霸王花瘦肉 湯 蘋果	福花炒肉絲飯 老黃瓜甘筍排骨 湯 青提	冬菇蒸肉燕 麥飯 蕃茄蛋花肉 片湯梨	雞絲炒米粉 海底椰煲雞湯 紅提
	下午茶 點	清水清蛋糕	清水提子包	蘋清水果	清水牛奶包	清水梨

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