



保良局譚華正夫人幼稚園
每月餐單



十一月份		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1/11	上午茶點					清水、時令水果
	午膳					粟米魚粒蒸水蛋 飯時菜 羅宋湯(瘦肉) 時令水果
	下午茶點					時令水果
4/11 至 8/11	上午茶點	牛奶、餅乾	清水、菠蘿包	羅漢果水 時令水果	清水、燕麥包	生日會 海鮮炒烏冬
	午膳	蘑菇汁豬柳飯 時菜 霸王花甘筍排骨湯 時令水果	豆腐蝦仁魚粒飯 木瓜雪耳瘦肉湯 時令水果	意式肉片意粉 時菜 粟米紅蘿蔔 排骨湯 時令水果	馬蹄薯仔蒸肉粒 飯 時菜 蕃茄薯仔 肉碎湯 時令水果	什豆雞粒 蒸水蛋飯 時菜 南北杏雪耳 瘦肉湯 時令水果
	下午茶點	牛油粟米	蛋撻	時令水果	黃金蛋糕	時令水果
11/11 至 15/11	上午茶點	豆奶、餅乾	清水、提子包	檸檬水 時令水果	清水、咸餐包	檸檬水、時令水果
	午膳	菠菜汁魚扒 螺絲粉 時菜 佛手瓜粟米 豬蹄湯 時令水果	勝瓜牛肉飯 時菜 甘筍南北杏 瘦肉湯 時令水果	蘑菇汁魚柳飯 時菜 合掌瓜瘦肉湯 時令水果	粟米蒸肉餅飯時 菜 南瓜甘筍肉碎湯 時令水果	蟹柳魚粒 蒸水蛋飯 時菜 冬瓜蛋花肉粒湯 時令水果
	下午茶點	雞肉串燒	甜餐包	時令水果	菠蘿包	時令水果
18/11 至 22/11	上午茶點	牛奶 餅乾	清水 芝士包	羅漢果水 時令水果	清水 瑞士卷	檸檬水 時令水果
	午膳	日式茄子 肉絲飯 時菜 白菜豬肉湯 時令水果	粟米馬蹄 蒸雞飯 時菜 清補涼瘦肉湯時 令水果	香濃粟米汁 魚柳飯 時菜 節瓜肉片湯 時令水果	蟲草花蒸肉粒飯 時菜 青紅蘿蔔 瘦肉湯 時令水果	粟米肉碎 蒸水蛋飯 時菜 節瓜章魚肉粒湯 時令水果
	下午茶點	時令水果	蛋糕仔	時令水果	椰撻	時令水果
25/11 至 29/11	上午茶點	豆奶 餅乾	清水 咸餐包	檸檬水 時令水果	清水 提子包	檸檬水 時令水果
	午膳	薯仔雞球飯 時菜 白菜甘筍 豬展湯 時令水果	香菇馬蹄 蒸肉粒飯 時菜 冬瓜粒冬菇粒瘦 肉湯 時令水果	節瓜燴魚柳飯時 菜 甘筍瘦肉湯 時令水果	茄子雞柳飯 時菜 蕃茄蛋花 肉粒湯 時令水果	海鮮炒米粉 時菜 冬瓜甘筍肉片湯 時令水果
	下午茶點	餃子	紙包蛋糕	時令水果	曲奇餅	時令水果

註:以上食譜如因供應缺貨,本園會作修改,但不會另行通知。