

❀ 冬季餐單 ❀

| 第一週 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
|------|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| 早餐 | 生菜雞肉湯通粉 | 果醬三文治 牛奶 | 熟蛋 阿華田(少糖) | 粟米碎肉粥 | 芝士包 豆奶(少糖) |
| 午餐 | 肉碎蒸水蛋 蝦米煮節瓜 蕃茄薯仔牛腩湯 蘋果 | 玉子豆腐炒牛崧粒 焯菜心 蓮子百合瘦肉湯 提子 | 蕃茄薯仔煮豬柳 粉絲煮什菜 木瓜魚湯 香蕉 | 滷水雞翼 焯椰菜 冬菇冬瓜蝦米湯 橙 | 粟米煮魚肉 炒小棠菜(少油) 蘋果雪梨雞湯 梨 |
| 下午茶點 | 牛奶粟米片 | 甘筍雞肉湯米線 | 眉豆花生瘦肉粥 | 餐包 美祿(少糖) | 動物餅 紅豆沙 |
| 第二週 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 早餐 | 南瓜瘦肉粥 | 甘筍雞肉湯貝殼粉 | 芝士三文治 豆奶(少糖) | 牛奶蛋花麥皮 | 豬仔包 阿華田(少糖) |
| 午餐 | 蕃茄草菇碎肉 焯西蘭花 雪耳茸雞湯 火龍果 | 豆腐蒸魚柳 焯菜心 合掌瓜瘦肉 蘋果 | 免治牛肉蒸水蛋 甘筍青豆煮冬菇 粟米蛋花湯 橙 | 冬菇蒸肉餅 焯椰菜 蕃茄薯仔魚湯 提子 | 洋蔥煮雞柳 粉絲煮冬瓜 蘑菇豆腐羹 梨 |
| 下午茶點 | 粟米薯蓉 牛奶 | 扭紋包 美祿(少糖) | 紅豆麥米粥 | 雜豆雞肉湯烏冬 | 梳打餅 腐竹薏米蛋花糖水(少糖) |
| 第三週 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 早餐 | 椰菜雞肉湯螺絲粉 | 花生醬三文治 阿華田(少糖) | 麥皮瘦肉粥 | 芝士包 美祿(少糖) | 牛奶粟米片 |
| 午餐 | 什菇煮豆腐 煮茄子 羅宋湯(牛腩) 香蕉 | 粟米蒸魚柳 青瓜蛋絲 核桃栗子瘦肉湯 提子 | 豉油皇雞鮑 焯紹菜 木瓜魚湯 梨 | 洋蔥燴豬柳 炒小棠菜(少油) 蘋果雪梨雞湯 橙 | 甘筍薯仔煮牛肉碎 焯西蘭花 粟米豆腐羹 蘋果 |
| 下午茶點 | 焗蕃薯 牛奶 | 生菜雞蛋湯米粉 | 蒸蔥花卷 豆奶(少糖) | 眉豆瘦肉粥 | 動物餅 芋頭西米露 |
| 第四週 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 早餐 | 甘筍牛肉粥 | 白菜雞肉湯通粉 | 牛奶麥皮 | 吞拿魚三文治 豆奶(少糖) | 熟蛋 美祿(少糖) |
| 午餐 | 蝦仁炒蛋 焯椰菜 蕃茄薯仔魚湯 提子 | 豆腐煮魚肉 炒娃娃菜(少油) 粟米蘑菇豆腐羹 橙 | 栗子蒸肉餅 粉絲煮絲瓜 雪耳茸雞湯 梨 | 蘑菇煮雞肉 焯西蘭花 節瓜牛腩湯 蘋果 | 茄汁黃豆煮牛肉碎 焯菜心 羅宋湯(瘦肉) 火龍果 |
| 下午茶點 | 焗粟米 豆奶(少糖) | 蒸饅頭 阿華田(少糖) | 青菜粒魚茸湯烏冬 | 蕃茄瘦肉醬意粉 | 梳打餅 牛奶 |

❖ 此餐單會循環使用

❖ 此餐單上之食品會因應市場供應或學校人手情況而作適切的調整，本園將不會個別通知。

❖ 若當天是生日會，午餐則改為雜菜肉粒炒飯(少油)。

❖ 兒童飲湯/水/飲料的時段：早餐、早午餐之間(水)、午餐、午睡後(水)和下午茶點，共5次。

