



浸信會培理學校

2025-2026 年度

全日班膳食餐單

(1月份)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
				1/1 聖誕及元旦假期	2/1 素肉丸 葡汁雞扒 燕麥飯 赤小豆粉葛瘦肉湯
午餐					
水果					車厘茄 / 蘋果
下午茶點					芝士條 暖開水
	5/1	6/1	7/1	8/1	9/1
午餐	煮牛肉 蕃茄肉碎(豬) 白飯 赤小豆粉葛瘦肉湯	四式芝士牛肉 西班牙雞皇 白飯 章魚蓮藕排骨湯	糖醋素東坡肉 香菇肉餅(豬) 糙米飯 腰果栗子南瓜粟米素湯	百頁豆腐 意式肉醬(牛) 長通粉 淮山蘋果五指毛桃瘦肉湯	粟米汁牛肉 蒸水蛋 燕麥飯 紅棗花生雞腳湯
水果	蘋果	木瓜 / 蘋果	青提子 / 蘋果	黃金梨 / 蘋果	柑 / 蘋果
下午茶點	提子包 低糖鈣思寶 暖開水	夾心蛋糕 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	蛋撻 暖開水	鮮奶包 暖開水
	12/1	13/1	14/1	15/1	16/1
午餐	蘑菇野菜百頁 烤粟米雞肉餅 白飯 章魚蓮藕排骨湯	蒜香蜜汁雞球 台式肉燥(豬) 長通粉 腰果栗子南瓜粟米素湯	蘑菇汁肉片 蒸水蛋 糙米飯 淮山蘋果五指毛桃瘦肉湯	炆枝竹 蜜桃汁牛肉 粟米飯 紅棗花生雞腳湯	素肉丸 蒜香蜜汁雞皇 燕麥飯 赤小豆粉葛瘦肉湯
水果	蘋果	火龍果/ 蘋果	蘋果	橙 / 蘋果	車厘茄 / 蘋果
下午茶點	芝麻包 低糖鈣思寶 暖開水	紅豆包 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	大麥包 暖開水	紅莓包 暖開水
	19/1	20/1	21/1	22/1	23/1
午餐	蒜香蜜汁牛肉 炆肉片 白飯 腰果栗子南瓜粟米素湯	日式豬柳 意式肉醬(牛) 白飯 淮山蘋果五指毛桃瘦肉湯	日式肉片 蒜香蜜汁雞球 糙米飯 紅棗花生雞腳湯	洋蔥牛肉 香菇肉餅(豬) 長通粉 赤小豆粉葛瘦肉湯	百頁豆腐 照燒雞扒 燕麥飯 章魚蓮藕排骨湯
水果	蘋果	木瓜 / 蘋果	青提子 / 蘋果	黃金梨 / 蘋果	柑 / 蘋果
下午茶點	粟米包 低糖鈣思寶 暖開水	蛋白蛋糕 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	蛤雞蛋 暖開水	車輪包 暖開水
	26/1	27/1	28/1	29/1	30/1
午餐	炆牛肉 蜜汁豬柳 白飯 淮山蘋果五指毛桃瘦肉湯	粟米雞球 番茄肉碎(豬)香草肉丸 螺絲粉 紅棗花生雞腳湯	卡邦尼肉粒 日式粟米雞肉餅 糙米飯 赤小豆粉葛瘦肉湯	醬燒素東坡肉 肉片 粟米飯 章魚蓮藕排骨湯	台式肉燥(豬) 蒸水蛋 燕麥飯 腰果栗子南瓜粟米素湯
水果	蘋果	火龍果/ 蘋果	蘋果	橙 / 蘋果	車厘茄 / 蘋果
下午茶點	消化餅 低糖鈣思寶 暖開水	排包 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	黑芝麻波波 暖開水	菠蘿薄餅 暖開水

*每天備有清炒時菜或瓜