



浸信會培理學校

2023-2024 年度

全日班膳食餐單

(11 月份)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
			1/11	2/11	3/11(生日會)
午餐			冬菇蟹柳蒸蛋飯 蓮藕章魚湯	南瓜肉粒飯 紅青蘿蔔粟米湯	沙丹豬扒(細件)長通粉 木瓜雪耳南北杏瘦肉湯
水果			紅提子 / 蘋果	橙 / 蘋果	
下午茶點			粟米片 牛奶 暖開水	果醬三文治 暖開水	
	6/11	7/11	8/11	9/11	10/11
午餐	意汁薯仔雞粒螺絲粉 赤小豆老王瓜湯	粟米汁魚塊飯 茶樹菇粟米煲豬骨湯	香菇馬蹄蒸肉餅飯 粉葛眉豆煲豬骨湯	肉碎蒸蛋飯 番茄薯仔湯	南瓜粟米汁魚塊長通粉 栗子紅蘿蔔煲豬骨湯
水果	蘋果	秋月梨 / 蘋果	藍莓 / 蘋果	橙 / 蘋果	青提子 / 蘋果
下午茶點	咸餐包 低糖鈣思寶 暖開水	芝麻波波 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	清蛋糕 暖開水	粟米包 暖開水
	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
午餐	白汁雞皇飯 節瓜瘦肉湯	沙丹豬扒(細件)螺絲粉 南瓜紅蘿蔔煲豬骨湯	忌廉磨菇雞柳飯 蓮藕排骨湯	洋蔥豬柳飯 意大利雜菜湯	栗子炆雞長通粉 佛手瓜淮山薏米湯
水果	蘋果	長啤梨 / 蘋果	紅提子 / 蘋果	橙 / 蘋果	木瓜 / 蘋果
下午茶點	芝麻包 低糖鈣思寶 暖開水	菠蘿薄餅 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	果醬三文治 暖開水	合桃包 暖開水
	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
午餐	西蘭花煮魚柳飯 合掌瓜南北杏排骨湯	和風照燒汁豬柳意粉 雪耳蘋果煲瘦肉湯	南瓜蒸肉餅飯 合掌瓜南北杏排骨湯	椰菜花薯仔雞皇螺絲粉 紅青蘿蔔粟米湯	粟米肉碎蒸蛋飯 番茄薯仔湯
水果	蘋果	秋月梨 / 蘋果	藍莓 / 蘋果	橙 / 蘋果	青提子 / 蘋果
下午茶點	咸餐包 低糖鈣思寶 暖開水	芝麻波波 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	清蛋糕 暖開水	粟米包 暖開水
	27/11	28/11	29/11	30/11	
午餐	薯仔雞球螺絲粉 木瓜雪耳南北杏瘦肉湯	菜遠肉絲飯 南瓜紅蘿蔔煲豬骨湯	香草鮮茄魚柳飯 合掌瓜南北杏排骨湯	洋蔥豬柳飯 赤小豆老王瓜湯	
水果	蘋果	長啤梨 / 蘋果	紅提子 / 蘋果	橙 / 蘋果	
下午茶點	芝麻包 低糖鈣思寶 暖開水	菠蘿薄餅 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	果醬三文治 暖開水	

\*每天備有清烱時菜或瓜