



浸信會培理學校

2023-2024 年度

全日班膳食餐單

(3 月份)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
					1/3
午餐					家長日
水果					
下午茶點					
	4/3	5/3	6/3	7/3	8/3
午餐	粟米薯仔魚柳飯 紅青蘿蔔粟米湯	白汁雜菜雞肉長通粉 木瓜雪耳南北杏瘦肉湯	南瓜肉碎蒸蛋飯 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
水果	蘋果	紅提子 / 蘋果	藍莓 / 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	紅莓包 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	焗雞蛋 暖開水	蛋白蛋糕 暖開水
	11/3	12/3	13/3	14/3	15/3
午餐	肉碎蒸蛋飯 番茄薯仔湯	南瓜粟米魚柳意粉 栗子紅蘿蔔煲豬骨湯	番茄肉片飯 節瓜瘦肉湯	時菜煮雞肉長通粉 南瓜紅蘿蔔煲豬骨湯	豆腐粟米蒸肉餅飯 蓮藕排骨湯
水果	蘋果	香蕉 / 蘋果	紅莓 / 蘋果	橙 / 蘋果	秋月梨 / 蘋果
下午茶點	穀麥包 低糖鈣思寶 暖開水	合桃包 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	芝士波波 暖開水	菠蘿薄餅 暖開水
	18/3	19/3	20/3	21/3	22/3
午餐	番茄薯仔煮雞扒飯 意大利雜菜湯	意汁豬扒(細件)長通粉 佛手瓜淮山薏米湯	菠菜肉碎蒸蛋飯 合掌瓜南北杏排骨湯	葡汁薯仔煮肉絲飯 雪耳蘋果煲瘦肉湯	蜜糖烤雞扒(細件)長通粉 合掌瓜南北杏排骨湯
水果	蘋果	紅提子 / 蘋果	藍莓 / 蘋果	橙 / 蘋果	車厘茄 / 蘋果
下午茶點	粟米包 低糖鈣思寶 暖開水	大麥包 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	提子包 暖開水	清蛋糕 暖開水
	25/3 (生日會暨復活節慶祝會)	26/3	27/3	28/3	29/3
午餐	南瓜蒸肉餅飯 紅青蘿蔔粟米湯				
水果		復活節及清明節 假期	復活節及清明節 假期	復活節及清明節 假期	復活節及清明節 假期
下午茶點					

*每天備有清焗時菜或瓜