



浸信會培理學校

全日班膳食餐單

(9月份)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
					1/9
午餐					
水果					
下午茶點					
	4/9(開課日)	5/9	6/9	7/9	8/9
午餐		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	肉碎茄子飯 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		青提子 / 蘋果	藍莓 / 蘋果	香蕉 / 蘋果	木瓜 / 蘋果
下午茶點		紅莓包 暖開水	粟米片 牛奶	合桃包 低糖豆漿	芝士波波 暖開水
	11/9	12/9	13/9	14/9	15/9
午餐	蒜蓉汁洋蔥豬扒飯 番茄薯仔湯	南瓜粟米魚柳意粉 栗子紅蘿蔔煲豬骨湯	白汁薯仔雞皇飯 節瓜瘦肉湯	沙丹豬扒(細件)螺絲粉 南瓜紅蘿蔔煲豬骨湯	蒜香冬菇蒸肉粒飯 蓮藕排骨湯
水果	橙 / 蘋果	仙桃 / 蘋果	紅提子 / 蘋果	雪梨 / 蘋果	長啤梨 / 蘋果
下午茶點	雞批 暖開水	粟米包 暖開水	粟米片 牛奶	焗雞蛋 低糖豆漿	清蛋糕 暖開水
	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9(生日會)
午餐	魚柳蒸水蛋飯 意大利雜菜湯	椰菜花薯仔雞皇長通粉 佛手瓜淮山薏米湯	菠菜肉碎蒸蛋飯 合掌瓜南北杏排骨湯	西蘭花煮魚柳意粉 雪耳蘋果煲瘦肉湯	蜜糖烤雞扒(細件)飯 合掌瓜南北杏排骨湯
水果	橙 / 蘋果	青提子 / 蘋果	藍莓 / 蘋果	香蕉 / 蘋果	木瓜 / 蘋果
下午茶點	蛋撻 暖開水	紅莓包 暖開水	粟米片 牛奶	合桃包 低糖豆漿	
	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9
午餐	南瓜蒸肉餅飯 紅青蘿蔔粟米湯	白汁薯仔雞皇飯 番茄薯仔湯	栗子炆雞飯 木瓜雪耳南北杏瘦肉湯	意汁香草雞球意粉 南瓜紅蘿蔔煲豬骨湯	假期
水果	橙 / 蘋果	仙桃 / 蘋果	紅提子 / 蘋果	雪梨 / 蘋果	
下午茶點	雞批 暖開水	粟米包 暖開水	粟米片 牛奶	焗雞蛋 低糖豆漿	

\*每天備有清焗時菜或瓜