

2019年08月餐飲計劃表

日	一	二	三	四	五	六
				1 活力五穀脆片 / 牛奶 米飯、玉米絞肉、糖醋豆皮、 香菇蒸蛋、鮮炒時蔬、湯：蘿 蔔貢丸湯 葡萄吐司	2 草莓夾心三明治 / 牛奶 香甜咖哩雞肉飯、蔬菜湯 銅鑼燒	3
4	5 什錦果麥脆片 / 牛奶 米飯、醬爆豬柳、小黃瓜炒 甜不辣、青炒時蔬、竹筍排 骨湯 香菇肉絲米粉湯	6 蛋吐司、豆漿 米飯、滷肉飯、滷豆干海帶蛋、 青炒時蔬、紫菜青菜湯 雜糧饅頭	7 蘿蔔糕、豆漿 米飯、瓜子肉、雪菜豆干丁、 青炒時蔬、黃瓜大骨湯 紅豆麵包	8 燒賣、牛奶 什錦炒烏龍麵、青炒時蔬、黃 瓜大骨湯 馬拉糕	9 燻雞吐司 / 豆漿 高纖五穀糙米飯、馬鈴薯燉 肉、翠玉蒸蛋、青炒時蔬、冬 瓜文蛤湯 牛角麵包	10
11	12 小籠包、牛奶 米飯、糖醋里肌、醬燒海 帶、青炒時蔬、蕃茄豆芽湯 鮮肉包	13 花捲 / 豆漿 米飯、香菇雞丁、家常豆腐、青 炒時蔬、金針肉絲湯 菠蘿麵包	14 雞茸蔬菜粥 米飯、紅燒獅子頭、豆瓣冬 瓜、青炒時蔬、蘿蔔大骨湯 大滷麵	15 活力五穀脆片 / 牛奶 高纖五穀糙米飯、檸檬雞柳 條、油豆腐炒白菜、青炒時 蔬、蘿蔔大骨湯 紅豆吐司	16 玉米蛋餅 / 豆漿 米飯、油菜炒肉絲、蒸蛋、 青炒時蔬、南瓜湯 黑糖饅頭	17
18	19 什錦蔬菜稀飯 米飯、洋蔥炒肉絲、紅燒花 生麵筋、青炒時蔬、冬菇肉 片湯 花卷	20 草莓醬吐司 / 牛奶 高纖五穀糙米飯、橙汁燒雞排、 肉絲炒脆筍、青炒時蔬、絲瓜湯 紅豆湯	21 珍珠丸子 米飯、糖醋里肌、蕃茄炒蛋、 清炒時蔬，湯：筍片大骨湯 玉米粥	22 奶油小餐包 米飯、豆干炒肉絲、紅蘿蔔炒 蛋、青炒時蔬、紫菜蛋花湯 菜包	23 饅頭夾蛋 / 豆漿 米飯、蔥燒雞柳、麻婆豆腐、 青炒時蔬、海結排骨湯 葡萄乾吐司	24
25	26 薯餅、牛奶 高纖雜糧糙米飯、瓜子肉、 炒三色豆、青炒時蔬、湯： 黃瓜排骨湯 雙色饅頭	27 小籠包、豆漿 米飯、香酥芝麻里肌、洋蔥炒 蛋、青炒時蔬、酸菜肚片湯 皮蛋瘦肉粥	28 綜合三鮮湯餃 米飯、沙茶雞柳、黃瓜燴甜 不辣、清炒時蔬，湯：大黃瓜湯 香筍大肉包	29 營養雞絲湯麵 糙米飯、醬爆豬柳、家常豆 腐、鮮炒時蔬 湯：海帶大骨湯 綠豆薏仁湯	30 法國吐司、豆漿 米飯、糖醋里肌、蕃茄炒蛋、 清炒時蔬，湯：筍片大骨湯 奶香包	31

- 每日飯後均有時令水果，補充健康天然維生素並幫助幼生消化。
- 餐點如有異動，將以當日實際提供為主。