



浸信會培理學校

全日班膳食餐單(低、高班)

(9月份)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
	2/9	3/9	4/9	5/9	6/9
午餐	開課日	番茄野菜魚餅 葡汁雞皇 白飯 紅棗花生雞腳湯	薑燒野菜百頁 卡邦尼肉片 白飯 赤小豆粉葛瘦肉湯	夏威夷汁魚柳 香草雞皇 白飯 甘筍椰子雞腳湯	蘑菇汁豬柳 西茄牛肉 白飯 章魚蓮藕排骨湯
水果		西瓜 / 蘋果	藍莓 / 蘋果	橙 / 蘋果	香蕉 / 蘋果
下午茶點		焗雞蛋	粟米片 牛奶 暖開水	芝麻波波 暖開水	士多啤梨果醬三文治 暖開水
	9/9	10/9	11/9	12/9	13/9
午餐	西班牙牛肉 蕃茄肉碎(豬)香草肉丸 白飯 海底椰無花果淮山粟米瘦肉湯	中式蜜汁雞球 和風肉燥(豬) 白飯 紅棗花生雞腳湯	拿坡里牛肉 羅漢上素枝竹 白飯 赤小豆粉葛瘦肉湯	鮮茄魚柳 中式蜜汁肉片 白飯 甘筍椰子雞腳湯	意式肉醬(牛) 中式什菇豆皮結 白飯 章魚蓮藕排骨湯
水果	蘋果	秋月梨 / 蘋果	青提子 / 蘋果	橙 / 蘋果	木瓜 / 蘋果
下午茶點	穀麥包 低糖鈣思寶 暖開水	蛋白蛋糕 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	菠蘿薄餅 暖開水	芝士條 暖開水
	16/9	17/9	18/9	19/9	20/9
午餐	和風茄汁雞球 台式肉燥(豬) 白飯 海底椰無花果淮山粟米瘦肉湯	中秋節	中秋節翌日	日式牛肉 照燒素魚扒 白飯 赤小豆粉葛瘦肉湯	葡汁洋蔥薯仔烤雞 蒸鱈魚雞粒肉餅 白飯 甘筍椰子雞腳湯
水果	蘋果			橙 / 蘋果	香蕉 / 蘋果
下午茶點	甜餐包 低糖鈣思寶 暖開水			蛋撻 暖開水	黃梅果醬三文治 暖開水
	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9(生日會)
午餐	和風牛肉 日式昆布枝竹 白飯 章魚蓮藕排骨湯	粟米汁肉片 意式魚肉卷 白飯 海底椰無花果淮山粟米瘦肉湯	中式蜜汁牛肉 西班牙百頁豆腐 白飯 紅棗花生雞腳湯	番茄汁肉片 香濃蘑菇魚柳 白飯 赤小豆粉葛瘦肉湯	夏威夷牛肉 和風肉燥(豬) 白飯 甘筍椰子雞腳湯
水果	蘋果	秋月梨 / 蘋果	青提子 / 蘋果	橙 / 蘋果	
下午茶點	粟米包 低糖鈣思寶 暖開水	清蛋糕 暖開水	粟米片 牛奶 暖開水	芝士波波 暖開水	
	30/9				
午餐	教師發展日				
水果					
下午茶點					

\*每天備有清焗時菜或瓜