2025年 11 月 宿生膳食餐單

餐膳	類型	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	11月1日 星期六	11月2日 星期日
早	主食						上素鮮竹卷+烚蛋	雜菜肉絲烏冬
餐	飲品						高鈣低脂奶	檸水
午	肉類						洋蔥肉碎炒雞蛋	四季豆雞柳
餐	蔬菜						西蘭花	菜心
下	F茶						香梨	腐竹薏米雞蛋糖水
	肉類						豉油王雞髀	台式肉碎伴飯
晚餐	蔬菜						瓜玉鞶	椰菜
	湯水							
餐膳	類型	11月3日 星期一	11月4日 星期二 十五	11月5日 星期三	11月6日 星期四	11月7日 星期五	11月8日 星期六	11月9日 星期日
早	主食	蕃茄雞蛋麵	奶皇包+腸粉	芝腿治	芝麻包	雜菜雞柳通粉	菜肉包+山竹牛肉	火腿粟米通粉
餐	飲品	檸水	低糖豆漿	高鈣低脂奶	肉碎麥皮	檸水	低糖豆漿	檸水
午	肉類	洋蔥雞柳	薯絲炒蛋	冬菇肉餅	蟲草花雲耳蒸雞	肉碎蒸蛋	甘筍粒肉碎拌飯	栗米魚柳
餐	蔬菜	椰菜花	西蘭花	娃娃菜	生菜	紹菜	小棠菜	菠菜
下台	F茶	香蕉	火龍果	哈鳖瓜	蘋果	提子	香梨	魚蛋
	肉類	素三絲蒸米	豆腐雜菌	鮮淮山牛肉片	三色椒三文魚	豆腐肉粒	薯仔洋蔥雞翼	去皮茄子牛肉
晚餐	蔬菜	椰菜	南瓜 (生酮養/揮菜)	油麥菜	西蘭花	菜心	椰菜	菜心
	湯水	蟲草花甘筍腰果湯		番茄薯仔瘦肉湯		竹蔗茅根水		

備註:

1. 餐單或因食材供應而作出更改,而不另作通告。

2. 星期一、三會添加紅米;星期二、四會添加糙米;其他日子添加燕麥。

3. 達星期日糖水均為少甜。

4. 當檸水為早餐飲品時請用溫開水,一個水壺約加半個檸檬。

 批核者簽署:
 鄭彥澄

 草無者簽署:
 余明殷

 移改日期:
 10/10/2025

類型主	11月10日 星期一	星期二	11月12日 星期三	11月13日	11月14日	11月15日	
			生粉二	星期四	星期五	星期六	星期日
食	雜菜雞蛋米粉	叉燒包+魚肉燒賣	碎蛋三文治	芝士棒棒	雜菜肉粒麵	珍珠雞+魚肉燒寶	雜菜肉片鳥冬
飲品	檸水	低糖豆漿	高鈣低脂奶	牛奶麥皮	椰水	高鈣低脂奶	檸水
肉類	冬菇肉粒蒸飯	栗子燜雞	翠肉瓜肉片	肉碎蒸蛋	亞米肉粒	鮮茄洋蔥魚柳	四季豆雞柳菜飯
蔬	椰菜花	西蘭花	娃娃菜	生菜	紹菜	西蘭花	菠菜
茶	香蕉	火龍果	哈蜜瓜	蘋果	蕃茄仔	香梨	豆腐花
肉類	寮三絲意粉	白蘿蔔牛肉	切碎紅腰豆肉粒	香草三文魚碎拌飯	秋葵雞柳粒	去皮茄子肉碎	節瓜肉片
蔬菜	椰菜	南瓜 (生産産・概章)	油麥菜	西蘭花	菜心	椰菜	菜心
湯水	菜米蛋湯		本菇雞肉豆漿湯		蘋果雪梨無花果水		MELTY
類型	11月17日 星期一	11月18日 星期二	11月19日 星期三	11月20日 星期四 初一	11月21日 星期五	11月22日 星期六	11月23日 星期日
主食	雜菜雞蛋米粉	乾蒸牛肉+腸粉	吞拿魚三文治	提子包	亞米粒火腿通粉	叉燒包+珍珠雞	雜菜肉碎麵
飲品	檸水	低糖豆漿	高鈣低脂奶	牛奶麥皮	檸水	高鈣低脂奶	檸水
肉類	洋蔥甘筍肉粒	萵筍肉片	馬蹄肉餅蒸飯	番茄炒蛋	金針雲耳蒸雞	粟米魚柳	冬瓜肉片
蔬菜	椰菜花	西蘭花	娃娃菜	生菜	紹菜	西蘭花	菠菜
茶	香蕉	火龍果	哈蜜瓜	蘋果	提子	香梨	椰汁西米露
肉類	累三絲炒麵	甘筍牛肉	三色椒洋蔥三文魚	淮山木耳甘筍豆腐	紅菜頭牛肉	香菇去皮茄子雞柳	豉油王雞球
蔬菜	椰菜	南瓜 (生興餐 爆発)	油麥菜	西蘭花	菜心	椰菜	菜心
湯水	合掌瓜花生眉豆湯		赤小豆粉萬豬肉湯		雪梨蘋果雪耳水		
	肉類蔬菜茶 肉類 蔬菜 湯水 類型 主食 飲品 肉類 蔬菜茶 肉類 蔬菜 湯	内類蔬菜茶 内類 蔬菜茶 内類 蔬菜茶 内類 蔬菜 湯 内類 蔬菜茶 内類 蔬菜 湯 十 1 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	内類	内類 冬菇肉粒蒸飯 栗子烟雞 翠肉瓜肉片 類菜花 西蘭花 娃娃菜 大陰果 哈蜜瓜 大陰果 哈蜜瓜 白蘿蔔牛肉 切碎紅腰豆肉粒 蔬菜 南瓜 京兴蛋湯 本菇雞肉豆漿湯 村月17日 11月18日 星期二 星期二 主食 糠菜雞蛋米粉 乾蒸牛肉+腸粉 香拿魚三文治 高鈣低脂奶 肉類 洋葱甘筍肉粒 高鈣低脂奶 大陰中 中衛 一色線洋蔥三文魚 蔬菜 南瓜 上色線洋蔥三文魚 蔬菜 南瓜 上の砂糖豬肉湯 赤小豆粉蔥豬肉湯 赤小豆粉蔥豬肉湯		大川 大川 大川 大川 大川 大川 大川 大川	株理

備註:

1. 餐單或因食材供應而作出更改,而不另作通告。

星期一、三會添加紅米;星期二、四會添加糙米;其他日子添加燕麥。
 達星期日糖水均為少甜。

4. 當桿水為早餐飲品時請用溫開水,一個水壺釣加半個檸檬。

 批核者養暑:
 郵序澄

 草擬者養暑:
 余明駁

 修改日期:
 10/10/2025

餐膳	類型	11月24日 星期一	11月25日 星期二	11月26日 星期三	11月27日 星期四	11月28日 星期五	11月29日 星期六	11月30日 星期日
早餐	主食	雜菜雞蛋通粉	叉燒包+腸粉	芝蛋治	牛油卷	雜菜肉絲麵	珍珠雞+馬拉盞	蕃茄小雲吞烏冬
	飲品	檸水	低糖豆漿	高鈣低脂奶	肉碎麥皮	檸水	高鈣低脂奶	檸水
午餐	肉類	蘑菇洋蔥肉片	馬蹄肉餅	紅蔥頭炆雞	節瓜炆肉片	薯仔肉粒	翠玉瓜肉片	粟米魚柳
	蔬菜	椰菜花	西蘭花	娃娃菜	生菜	紹菜	西蘭花	菠菜
下台	午茶	香蕉	火龍果	哈蜜瓜	蘋果	橙	香梨	乳酪水果杯
	肉類	日式拌鳥冬 (素菜・業養・青瓜絲・芝蕉蘭)	鮮腐竹肉粒	日式牛肉	香煎三文魚	乾蔥牛肉	豉油王雞髀	雜菌肉碎
晚餐	蔬菜	椰菜	南瓜 (生觀賽:椰菜)	油麥菜	西蘭花	菜心	椰菜	菜心
	湯水	蓮藕粟米陳皮花生湯		蟲草花腰果豬肉湯		海底椰蘋果雪梨水		
餐膳	類型	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早	主食							
餐	飲品							
午餐	肉類							
	蔬菜							
下生	午茶		Mark back to					
晚餐	肉類							
	蔬菜							
	湯水							

餐單或因食材供應而作出更改,而不另作通告。
 星期一、三會添加紅米;星期二、四會添加糖米;其他日子添加燕多。

3. 逢星期日糖水均為少甜。

4. 當檸水為早餐飲品時請用溫開水,一個水壺約加半個檸檬。

 批核者簽署:
 鄭彥澄

 草擬者簽署:
 余明殷

 修改日期:
 10/10/2025