

香港明愛扶幼服務
明愛堅尼地城幼兒學校
夏季食譜 (5月至11月)

第一週

星期	早 餐	水 果	午 餐	茶 點
一	麥片 甜牛奶 2磅 2罐	香蕉	番茄洋蔥雞肉 木瓜木棉魚湯 6斤 5斤	水 卷蛋 4275 4084
二	牛奶 粟米片 8盒	蘋果	薯仔洋葱雜菜牛肉伴餐包 蕃茄瘦肉蛋花湯 4斤 1斤 3包 5磅 3163 4斤 5磅 25隻	時菜雞絲米粉 2斤 3磅 5包
三	水 蛋糕 4095 4097(個) 4098	蘋果	冬菇馬蹄蒸瘦肉伴炒菜 生菜豆腐木棉魚湯 半斤 2斤 5磅 5斤 3斤 8件 5斤	竹蔗馬蹄紅蘿蔔水 餅乾 3斤 1斤 2斤
四	好立克 提子餐包 (1X9)(個) 3164	橙	鮮茄蛋燴斑塊 合掌瓜蜜棗煲豬肉湯 8斤 35隻 10磅 5斤 1斤 5磅	莧菜牛肉螺絲粉 2斤 3磅 5磅
五	時菜雞絲通粉 3斤 3磅 5磅	橙	節瓜粉絲蝦米煮瘦肉 甘筍紅棗栗子粟米豬肉湯 5斤 1斤 4兩 5磅 3斤 1斤 1斤 6棵 5磅	雞蛋蓮子薏米糖水 60隻 冰/片糖 開半 1斤半 1斤 2包
六	水 烱蛋	橙	椰菜絲蛋絲牛柳絲湯麵 1斤 2隻 半磅 1斤	

香港明愛扶幼服務
明愛堅尼地城幼兒學校
夏季食譜 (5月至11月)

第二週

星期	早餐	水果	午餐	茶點	
一	生菜瘦肉通粉 2斤 3磅 5磅白	橙	雞絲生菜絲蝦仁滑蛋飯 4磅 3斤 2磅 20隻	節瓜肉片湯 6斤 5磅	粟米瘦肉粥 半包 2磅 8杯米
二	水果醬包 3566(三條)	西瓜	津菜煮石斑塊 8斤 10磅	木瓜洋蔥米魚尾湯 5斤 1斤 5斤	餅乾 薏米水
三	牛奶 蛋糕 4095 4097 4098	橙	洋葱雞絲伴雜菜伴餐包 (1X9) (甘筍蕃茄西芹黃豆薯仔) 1斤 5磅 4包 3163 2斤 2斤 1斤 1斤 3斤 肉 5磅	維他命湯	白菜紫菜瘦肉通粉 2斤 2兩 3磅 4斤
四	紹菜雞肉湯米粉 2斤 3磅 5包	蘋果	蕃茄蛋絲牛肉燴意粉 6斤 30隻 5磅 7磅	粟米蛋花雞絲湯 8罐 25隻 5磅	金瓜粟米椰汁西米糖水 花奶 2罐 5斤半包 2罐 12兩 2包
五	阿華田 烩蛋 95隻	蘋果	肉豆甘筍炒雞肉 6斤 2斤 5磅	冬瓜瘦肉湯 6斤 5磅	椰菜肉絲蘑菇湯麵 3斤 3磅 1罐 4斤
六	水 餅乾	蘋果	菜肉上海麵伴西生菜 01 1斤 1斤 1斤		

香港明愛扶幼服務
明愛堅尼地城幼兒學校
夏季食譜 (5月至11月)

第三週

星期	早餐	水果	午餐	茶點
一	麥片 甜牛奶 2磅 2罐	橙	草菇粟米粒豆腐煮免治牛肉 節瓜木棉魚湯 1斤 1包 10件 5磅 5斤 5斤	清補涼雞蛋糖水 1斤 半隻 冰糖 2包
二	阿華田 排包 (1X4) 3379	蘋果	粟米滑蛋斑塊 冬瓜茨實果皮老鴨湯 8罐 30隻 10磅 6斤 1斤 1片 2隻	時菜雞肉湯米粉 2斤 3磅 5包
三	時菜肉絲通粉 2斤 2磅 4斤	木瓜 15磅	雞絲粟米伴餐包 菠菜蓉洋葱肉碎湯 5磅 4包 3163 3斤 3斤 5磅	糙米地瓜粥 1斤 4斤 片糖 1包
四	牛奶 卷蛋 個 4275 4084	蘋果	紹菜粉絲冬菇豆泡炆魚肉 木瓜花生雞腳瘦肉湯 5斤 半斤 4兩 半斤 10磅 4斤 1斤 5磅 2磅	菜心牛肉湯麵 1斤 半 3磅 4斤
五	水 吞拿魚三文治 3566(三條) 沙律醬 1罐(大) 吞拿魚 3罐	橙	瘦肉蒸蛋伴時菜 南瓜肉蓉湯 5磅 60隻 5斤 5斤 5磅	時菜雞絲河粉 3斤 3磅 8斤
六	好立克 烩蛋	橙	白菜蛋絲瘦肉炆米 1斤 2隻 半磅 1包	

香港明愛扶幼服務
明愛堅尼地城幼兒學校
夏季食譜 (5月至11月)

第四週

星期	早餐	水果	午餐	茶點
一	牛奶 粟片 8盒	橙	椰菜甘筍絲燴魚崧 紫菜節瓜瘦肉蛋花湯 5斤 2斤 10磅 2兩 4斤 5磅 25隻	蘋果蜜棗 手指飽 (1X8)個 25個 1斤 3038
二	時菜瘦肉米粉 2斤 3磅 5包	橙	炒粒粒 合掌瓜腰果蜜棗瘦肉湯 (雞肉薯仔蘑菇雜菜) 5磅 4斤 2罐 2包 5斤 1斤 半斤 5磅	生菜滑蛋牛肉粥 1斤 20隻 2磅半
三	水 餐飽 (1X9)個 3163	提子	瘦肉雞蛋菜心煮豆腐 蕃茄薯粒肉片湯 5磅 25隻 3斤 10件 4斤 3斤 5磅	燉蛋 水 90隻 煉奶 2罐
四	牛奶 蛋糕 4095 4097 個 4098	蘋果	滑蛋粟米免治豬肉意粉 周打魚湯 半斤 2斤 4斤 5斤 2罐 (麵粉、洋蔥、薯仔、魚、花奶) 半斤 2斤 4斤 5斤 2罐	菜遠魚崧湯米 2斤 3斤 5包
五	時菜雞肉通粉 2斤 3磅 5磅	蘋果	蕃茄滑蛋牛肉 節瓜紅蘿蔔粟米瘦肉湯 8斤 30隻 5磅 3斤 2斤 6棵 5磅	紹菜瘦肉湯麵 3斤 3磅 4斤
六	阿華田 餅乾	蘋果	時菜牛肉上海麵 1斤半 1磅 1斤 35隻 10罐 5磅 7磅	

