

## 第一週《食用週期：5/8 - 10/8；9/9 - 14/9(14/9 中秋節翌日)；30/9 - 5/10(1/10 國慶假期)；21/10 - 26/10(25/10 教師發展日)》

	早餐	午餐	生果	茶點	生果
<b>Green Monday</b>	南瓜、粟米 湯貝殼粉	雜菜炒雞蛋 白菜蕃茄燴豆腐 藜麥、白飯	提子 或 時果	熱牛奶 芝士三文治	提子 或 時果
星期二	熱牛奶 提子乾、粟米片	西蘭花、甘筍仔、豬扒餐包 粟米條、薯仔、甘筍、洋蔥、牛展湯	藍莓 或 時果	翠玉瓜、雞絲 湯烏冬	藍莓 或 時果
星期三	雜菜、魚柳 湯貝殼粉	鮮冬菇粒、馬蹄蒸瘦肉餅 節瓜、蝦米煮粉絲 藜麥、白飯	木瓜 或 時果	豆漿 饅頭	木瓜 或 時果
星期四	熱牛奶 麥包	清炒白菜； 南瓜煮免治牛肉 紅蘿蔔、青蘿蔔、豬展湯 白飯	水晶梨 或 時果	清水 烱蕃薯	水晶梨 或 時果
星期五	蕃茄、魚柳 湯米粉	薯仔、紅洋蔥燴雞柳 椰菜、甘筍煮免治瘦肉 糙米飯	火龍果 或 時果	熱牛奶 蒸燕麥蛋糕	火龍果 或 時果
星期六	熱牛奶 提子包	冬瓜、蛋絲湯米粉 清水	時果		

## 第二週《食用週期：12/8 - 17/8(19/8 - 31/8 幼兒暑假)；16/9 - 21/9；7/10 - 12/10(7/10 重陽節假期)；28/10 - 2/11》

	早餐	午餐	生果	茶點	生果
<b>Green Monday</b>	熱牛奶、蛋花、麥皮 配提子乾	雜菌菇煮菜心 蕃茄、雞蛋燴豆腐 藜麥、白飯	提子 或 時果	清水 烱粟米條	提子 或 時果
星期二	熱牛奶 提子包	西蘭花、雜菜粒、蛋絲、雞絲燴意粉 南瓜、薯仔、洋蔥、免治牛肉湯	藍莓 或 時果	豆漿 蝦米乾、粟米粒鹹薄餅	藍莓 或 時果
星期三	冬瓜、魚柳 湯菠菜麵	清炒椰菜 蕃茄、雞蛋燴瘦肉絲 藜麥、白飯	木瓜 或 時果	清水 牛奶、芝士、免治雞肉 拌薯蓉	木瓜 或 時果
星期四	雜菜粒、瘦肉絲 湯螺絲粉	菜心、雞絲、蛋絲炒上海粗麵 冬瓜粒、冬菇絲、瘦肉粥	水晶梨 或 時果	熱牛奶 芝士三文治	水晶梨 或 時果
星期五	熱牛奶 紅莓乾、粟米片	南瓜燴雞翼 白菜、杞子煮免治牛肉 紅米飯	火龍果 或 時果	南北杏、蘋果、雪梨水 烱雞蛋	火龍果 或 時果
星期六	熱牛奶 麥包	娃娃菜、蛋絲、湯烏冬 清水	時果		

## 第三週《食用週期：2/9 - 7/9；23/9 - 28/9；14/10 - 19/10；4/11 - 9/11》

	早餐	午餐	生果	茶點	生果
<b>Green Monday</b> 星期一	粟米粒、青瓜粒 湯貝殼粉	菜心煮豆腐 蕃茄炒雞蛋 藜麥、白飯	提子 或 時果	熱牛奶 班戟	木瓜 或 時果
星期二	熱牛奶 芝士全麥三文治	椰菜、甘筍絲、免治牛肉、炒蛋炒米粉 黃瓜、粟米、眉豆、赤小豆、豬展湯	藍莓 或 時果	生菜、魚肉 糙米粥	藍莓 或 時果
星期三	菜心、雞絲 湯通粉	粟米粒、燕麥蒸肉餅 蕃茄、青瓜、紅洋蔥煮魚柳 藜麥、白飯	木瓜 或 時果	熱牛奶 雞蛋三文治	木瓜 或 時果
星期四	熱牛奶 提子餐包	南瓜煮免治牛肉； 清炒白菜 西洋菜、甘筍、蜜棗、豬展湯 白飯	水晶梨 或 時果	蕃薯糖水	水晶梨 或 時果
星期五	熱牛奶 紅莓乾、粟米片	菜心炒瘦肉片 鮮冬菇、豆腐蒸蛋 紅米飯	火龍果 或 時果	莧菜、雞蛋 湯貝殼粉	火龍果 或 時果
星期六	熱牛奶 果醬三文治	蛋絲、甘筍絲湯米粉 清水	時果		

- 備註：
1. 幼兒若因生病，需要戒吃某種水果，如：橙或香蕉，請家長在上午幼兒回校時通知班老師；本校可安排以蘋果代替。
  2. 請家長留意：校方為使幼兒每日能吃到合時令及新鮮的水果，故在水果種類上或會因應市場的供應情況而有所更改。
  3. 「響應環保，為地球出一分力」，所以逢星期一為 Green Monday。