

夏季菜單

(五、六、七月份)

| 星期 | 名稱 | 第一循環 (第一、三星期) | 第二循環 (第二、四星期) | 午 餐 | | | |
|-----|----|------------------|--------------------|--|--|---------------------------------|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 星期一 | 早點 | 糙米漿 玉米蛋餅 | 牛奶 原味玉米脆片 香蕉 | 炒青江菜 筍絲木耳紅蘿 蔔炒 香椿豆干 綜合牛蒡湯 | 麻婆豆腐 玉米筍炒百菇 炒空心菜 豆皮筍湯 | 蔬菜沙拉 紅燒三菇 青江金菇烘蛋 黃瓜豆腐湯 | 蔬食咖哩飯 豆腐蛋花 味噌湯 |
| | 午點 | 蔬食板條 | 奶香玉米濃湯 蔬菜起司麵包 | | | | |
| 星期二 | 早點 | 牛奶 蘋果雜糧麵 包 | 無糖豆漿 小籠包 | 糖醋雞丁 杏菜銀魚 八珍豆腐 酸菜肉絲湯 | 芝麻燒肉 燙青江菜 茄汁蝦仁鳳梨 薑絲海帶芽 豆腐湯 | 清蒸鱈魚 紅燒肉片 什錦蘆筍炒 豌豆薯泥湯 | 紅燒牛肉麵 滷豆腐 滷海帶 燙空心菜 |
| | 午點 | 絲瓜蛤蠣 麵線 | 芋頭瘦肉粥 | | | | |
| 星期三 | 早點 | 無糖豆漿 五穀饅頭 | 無糖優酪乳 蔓越莓土司 | 炒高麗菜 煎鮭魚 綜合滷肉 蛤仔湯 | 瓠瓜肉絲炒麵 三絲蝦仁湯 | 滷雞腿 黃瓜炒肉末 紅蘿蔔炒蛋 馬鈴薯濃湯 | 鳳梨黑木耳 炒雞丁 茭白筍肉絲炒 玉米筍炒甜豆 薑絲魚片湯 |
| | 午點 | 黃金米粉湯 | 豆腐莧菜 海鮮麵 | | | | |
| 星期四 | 早點 | 無糖優酪乳 法式吐司 | 無糖豆漿 茶葉蛋 | 鴻禧菇炒花椰 菜 冬瓜燒肉 馬鈴薯烘蛋 味噌豆腐魚湯 | 黃瓜玉米肉末 醬爆肉絲 蕃茄炒蛋 青菜豆腐湯 | 咖哩炒雞丁 珍菇豆腐 燙空心菜 雲吞湯 | 絲瓜蛤蠣 櫛瓜炒蝦仁 紅燒豆腐 杏菜銀魚湯 |
| | 午點 | 赤肉麵線糊 | 銀魚瘦肉粥 | | | | |
| 星期五 | 早點 | 牛奶 奶油麵包 | 牛奶 核桃芝士麵包 | 蝦仁芙蓉蛋 紅燒鮪魚 筍白筍炒肉絲 香菇雞湯 | 花菜炒雞丁 紅燒旗魚 蝦肉餅 金針排骨湯 | 涼拌豆芽 玉米蒸蛋 五彩雞柳絲 排骨藕湯 | 雞丁花椰菜 豆豉蚵仔 涼拌黃瓜雞絲 玉米濃湯 |
| | 午點 | 四季豆瘦 肉粥 | 虱目魚肚鹹粥 | | | | |

1. 本園皆使用國產豬、國產牛。
2. 響應環保及愛護地球之理念，週一為無肉日。
3. 採用低脂、低鹽、低糖、無味素、無油炸的健康餐點。
4. 「飯」含胚芽米、紫米、藜麥、燕麥、蕎麥、小薏仁、小米。
5. 餐後提供季節水果。