

### 第一週餐單

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	牛奶 雞蛋三文治	時果	南瓜蒸肉餅、灼時菜 青紅蘿蔔排骨湯	白菜、免治牛肉湯烏冬
二	時菜肉絲通心粉	時果	洋蔥煮雞柳配紅米飯 節瓜眉豆瘦肉湯	豆漿 饅頭
三	牛奶美祿 排包	時果	雜菜燴豬扒 合掌瓜甘馬蹄豬脰湯	花奶南瓜西米露 餅乾
四	時菜肉碎粥	時果	白汁燴魚柳、灼時菜 青紅蘿蔔排骨湯	牛奶好立克 粟米包
五	牛奶好立克 清蛋糕	時果	三絲牛肉炒飯 節瓜眉豆瘦肉湯	蕃茄蘑菇肉碎湯意粉
六	牛奶 蒸雞蛋糕	/	西蘭花雞絲炒螺絲粉	/

### 第二週餐單

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	牛奶好立克 藍莓醬三文治	時果	冬菇粒蒸雞柳、灼時菜 合掌瓜甘馬蹄豬脰湯	蘑菇瘦肉湯貝殼粉
二	時菜肉絲湯螺絲粉	時果	茄汁豆煮肉粒配紅米飯 青紅蘿蔔排骨湯	砵仔糕
三	牛奶美祿 芝士棒	時果	洋蔥薯仔炆雞翼、灼時菜 節瓜眉豆瘦肉湯	生菜肉碎湯烏冬
四	羅漢齋白、紅米粥 (秀珍菇、甘筍絲、粟米粒)	時果	蕃茄洋蔥燴牛肉 合掌瓜甘馬蹄豬脰湯	牛奶 提子麥包
五	牛奶燕麥片配焗雞蛋	時果	三絲炒米粉 青紅蘿蔔排骨湯	時菜瘦肉米線
六	牛奶 甜餐飽	/	蘑菇、蛋絲、肉絲燴長通粉	/

### 第三週餐單

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	牛奶美祿 芝士火腿三文治	時果	肉碎蒸雞蛋、灼時菜 節瓜眉豆瘦肉湯	銀芽、肉絲、湯檬粉
一	時菜魚肉湯通粉	時果	蕃茄洋蔥燴雞柳配紅米飯 冬瓜粒、冬菇粒、肉粒湯	豆漿 饅頭
三	牛奶 粟米蛋豬仔軟包	時果	西芹炒牛肉、灼時菜 青紅蘿蔔排骨湯	鮮果啫喱(加花奶)、餅乾
四	生菜蛋花肉碎粥	時果	忌廉粟米洋蔥燴龍利柳 節瓜眉豆瘦肉湯	牛奶美祿 牛油切件蛋糕
五	鮮奶蛋花燕麥片配 粟米片	時果	雜菜肉碎蛋炒飯 合掌瓜甘馬蹄豬脰湯	椰菜絲、雞絲銀針粉
六	牛奶好立克 迷你芝麻包	/	蕃茄、蛋絲、牛肉燴意粉	/

### 第四週餐單

星期	早餐	水果	午餐	下午茶點
一	牛奶好立克 吞拿魚包	時果	蕃茄洋蔥煮雞翼、灼時菜 青紅蘿蔔豬脰湯	上湯水餃
一	小棠菜雞絲湯檬粉	時果	雜菜粉絲煮肉碎 節瓜眉豆排骨湯	蒸腸粉
三	牛奶美祿 芝士火腿包	時果	三蔬燴龍脷柳配菜飯 合掌瓜甘馬蹄瘦肉湯	冬菇絲、蛋絲、肉絲炒米粉
四	甘筍、草菇、肉碎 紅米粥	時果	薯仔、洋蔥燴豬扒 青紅蘿蔔豬脰湯	牛奶 排包
五	鮮奶蛋花燕麥片配 粟米片	時果	雞絲西炒飯 節瓜眉豆排骨湯	芋茸西米花奶露 餅乾
六	牛奶 咸豬仔包	/	白汁、草菇、火腿燴扁意粉	/