

		01月06日	01月07日	01月08日	01月09日	01月10日	01月11日
早餐	主食	香菇肉粥	晨光吐司	鮭魚鬆御飯 糰	水餃*8	番茄蛋炒飯	義美鬆餅
	副菜	香脆烤餅*1 鮮美時蔬	水煮蛋*1 什錦美生菜	鮮蔬炒蛋	芹香干絲 鮮美時蔬	麥克雞塊*2 鮮美時蔬	鮮美時蔬
	湯品		奶茶	關東煮	香菇蛋湯	紫菜菇湯	阿華田
	預估人數	200	430	430	300	350	90
午餐	主食	白飯	白飯	白飯	白飯	有機白飯	
	主菜	親子丼	起司豬排	蔥油雞腿	黑椒里肌	梅干燒肉	
	副菜	章魚燒 刺瓜什錦 有機時蔬	桂筍肉絲 櫛瓜鮮菇 有機時蔬	三鮮茄煲 蒜炒高麗 鮮美時蔬	白菜燒肉 家常豆腐 有機時蔬	奶香蝦仁 雙色炒蛋 鮮美時蔬	
	中學副菜	美式炒蛋	蒜香豆干	菜頭糕	雞捲	彩繪花椰	
	湯品	紅豆湯	薑絲冬瓜湯	玉米濃湯	白蘿蔔排骨湯	味噌湯	
	水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
	預估人數	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	—
晚餐	主食	白飯	白飯	白飯	白飯	鐵板炒麵	
	主菜	藍莓排骨	醬爆雞丁	豆豉蒸魚	玫瑰雞排	辣子雞丁	
	副菜	芝心魚豆腐*3 麻婆豆腐 鐵板銀芽 鮮美時蔬	芹菜肉絲 蒸蛋 白菜肉羹 鮮美時蔬	青椒炒素肚 菜脯蛋 洋蔥肉片 鮮美時蔬	瓜仔肉燥 煉煉銀絲卷 培根敏豆 鮮美時蔬	白蘿蔔燒肉 炒絲瓜 牛蒡天婦羅 鮮美時蔬	—
	湯品	金針排骨湯	枸杞素羊肉湯	海芽湯	芋香鮮奶露	酸辣湯	
	預估人數	600	600	400	600	300	

*當季蔬菜:油菜、青江菜、義白菜、莧菜...等時令蔬菜；當季水果:香蕉、西瓜、木瓜、芭樂...等時令水果。若因天氣或食材因素須更改菜單，敬請師生見諒。