

香港耀能協會
高福耀紀念學校

十二月份膳食餐單(學生2018-2019)

日期	星期一	日期	星期二	日期	星期三	日期	星期四	日期	星期五
3/12	蘿蔔燒肉(去皮)炆墨魚丸皮)	4/12	紫菜肉碎湯	5/12	豉油雞腩	6/12	西洋菜南北杏陳皮生魚瘦肉湯	7/12	節瓜炆雞柳(去皮)
	清炒時菜		南瓜蒸肉餅		上湯娃娃菜		粟米焗魚柳(西)		蒜蓉小唐菜
	香蕉		蒜蓉炒青瓜		水果		蒜蓉西生菜		水果
10/12	粟米蒸肉餅	11/12	木瓜花生瘦肉湯	12/12	瑞士雞翼	13/12	羅宋湯	14/12	洋蔥豬扒(西)
	清炒西蘭花		洋蔥叉燒炒蛋		蕃茄煮肉碎		蒜香雞絲意粉		清炒菜心
	香蕉		清炒生菜		水果				水果
17/12	珍珠荀雲耳炒肉片	18/12	海底椰雪梨南北杏蓮子瘦肉湯	19/12	教職員發展日	20/12	粉葛赤小豆側魚湯	21/12	聖誕慶祝會
	上湯娃娃菜		洋蔥紅蘿蔔炆牛展				金針雲耳蒸雞柳(去皮)		
	香蕉		清炒時菜				白灼椰菜		
24/12	假期	25/12	假期	26/12	假期	27/12	假期	28/12	假期
31/12	假期								

備註: 1. 如對膳食供應有意見提出, 請聯絡陳姑娘或麗姐。 2. 蔬菜/肉類會因季節或價格而有所改變。 3. 逢星期二及星期五提供粟米/燕麥飯。