

香港耀能協會  
高福耀紀念學校

十二月份膳食餐單(學生2017-2018)

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
								1/12	蕃茄焗魚柳
									蒜蓉油麥菜
									水果
4/12	洋蔥雲耳炒肉片	5/12	芥菜肉片湯	6/12	瑤柱蒸水蛋	7/12	木瓜雪耳南北杏豬肉湯	8/12	南瓜蒸肉餅
	蒜蓉菠菜		蘿蔔炆牛展		翠肉瓜炒肉片		金針雲耳蒸雞柳(去皮)		清炒西蘭花
	香蕉		白灼唐生菜		水果		清炒椰菜		水果
11/12	粟米肉粒煮豆腐	12/12	蕃茄薯仔肉片湯	13/12	西芹秀珍菇炒肉片	14/12	教職員發展日	15/12	滷水雞脾
	蒜蓉西生菜		洋蔥蝦仁炒蛋		薑蓉白菜				清炒小唐菜
	香蕉		青瓜炒肉絲		水果				水果
18/12	蓮藕蒸肉餅	19/12	聖誕聯歡會	20/12	聖誕及新年假期	21/12	聖誕及新年假期	22/12	聖誕及新年假期
	蒜蓉菠菜								
	香蕉								
25/12	聖誕及新年假期	26/12	聖誕及新年假期	27/12	聖誕及新年假期	28/12	聖誕及新年假期	29/12	聖誕及新年假期

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。逢星期二及星期五提供紅米/粟米/燕麥飯。