

2020年6月餐飲計畫表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 早餐: 蘿蔔糕.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 沙茶豬肉 配菜: 蔥蛋 鮮炒時蔬 湯: 紫菜餛飩湯 點心: 雞絲麵	2 早餐: 蜂蜜蛋糕.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 玉米雞片 配菜: 家常豆腐 鮮炒時蔬 湯: 紫菜蛋花湯 點心: 芋泥包	3 早餐: 翡翠燒賣.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 香菇肉燥 配菜: 番茄炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 蓮藕排骨湯 點心: 黑糖饅頭	4 早餐: 台式鹹粥 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 木須肉 配菜: 紅蘿蔔炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 蘿蔔貢丸湯 點心: 小米粥	5 早餐: 牛角麵包.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 滷小棒腿 配菜: 小黃瓜炒木耳 鮮炒時蔬 湯: 肉羹湯 點心: 小籠包	
7 8 早餐: 小籠包.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 紅燒獅子頭 配菜: 三色豆炒玉米 鮮炒時蔬 湯: 薑絲海帶湯 點心: 香菇竹筍粥	9 早餐: 水餃 午餐: 飯: 白飯 主菜: 茄汁鳳梨雞丁 配菜: 玉米蒸蛋 鮮炒時蔬 湯: 羅宋湯 點心: 菠蘿麵包	10 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 高纖雜糧糙米飯 主菜: 香腸 配菜: 大黃瓜燴魚板 鮮炒時蔬 湯: 玉米湯 點心: 玉兔包	11 早餐: 瑪芬蛋糕.牛奶 午餐: 飯: 培根玉米蛋炒飯 主菜: 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 味噌豆腐湯 點心: 菜包	12 早餐: 紅豆麵包.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 雞肉飯 配菜: 菜圃蛋 鮮炒時蔬 湯: 番茄蛋花湯 點心: 銀絲卷	13
14 15 早餐: 奶皇包.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 台式打拋豬 配菜: 洋蔥炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 金針湯 點心: 麵線羹	16 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 日式豬排 配菜: 韭菜花炒甜不辣 鮮炒時蔬 湯: 白蘿蔔油豆腐湯 點心: 叉燒包	17 早餐: 起酥蛋糕 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 歡樂炸雞塊 配菜: 滷豆包 鮮炒時蔬 湯: 大黃瓜貢丸湯 點心: 馬拉糕	18 早餐: 豆沙包.豆漿 午餐: 飯: 什錦炒烏龍麵 主菜: 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 香菇雞湯 點心: 米苔目湯	19 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 瓜子肉 配菜: 毛豆豆乾丁 鮮炒時蔬 湯: 山藥排骨湯 點心: 楓糖小可頌	20 早餐: 雞蛋雙色饅頭.牛奶 午餐: 飯: 奶油白醬義大利麵 主菜: 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 鱈魚丸湯 點心: 紅豆紫米粥
21 22 早餐: 鍋貼.豆漿 午餐: 飯: 高纖雜糧糙米飯 主菜: 高麗菜捲 配菜: 糖醋豆包 鮮炒時蔬 湯: 黑輪湯 點心: 果醬吐司	23 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 乳酪雞排 配菜: 雪菜豆乾丁 鮮炒時蔬 湯: 蘿蔔貢丸湯 點心: 筍香包	24 早餐: 高麗菜包.豆漿 午餐: 飯: 香甜咖哩飯 主菜: 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 冬瓜蛤蜊湯 點心: 燒賣	25 	26 	
28 29 早餐: 蔥抓餅.豆漿 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 火腿蘑菇起司蛋捲 配菜: 三杯杏鮑菇 鮮炒時蔬 湯: 鱈魚丸湯 點心: 肉燥粿仔條	30 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 什錦肉絲蛋炒飯 主菜: 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 玉米湯 點心: 肉鬆麵包	•每日飯後均有時令水果，補充健康天然維生素。 •以上餐點如有異動，請以當日實際提供為主。			