

2020年10月餐飲計畫表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
4	5 早餐: 蔥抓餅.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 滷肉飯 配菜: 糖醋豆包 鮮炒時蔬 湯: 竹筍排骨湯 點心: 香菇竹筍粥	6 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 奶油白醬義大利麵 主菜: 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 玉米湯 點心: 奶酥麵包	7 早餐: 芝麻包.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 玉米雞丁 配菜: 韭菜花炒豆干 鮮炒時蔬 湯: 肉羹湯 點心: 芋頭肉鬆麵包	1 8 早餐: 牛角麵包.牛奶 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 滷小棒腿 配菜: 洋蔥炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 蘿蔔貢丸湯 點心: 玉米濃湯	2 9 <div style="text-align: center; font-size: 2em; color: gold; font-weight: bold;"> 雙十國慶 連假 </div>	3 10
11	12 早餐: 銀絲卷.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 洋蔥豬肉 配菜: 菜圃蛋 鮮炒時蔬 湯: 紫菜餛飩湯 點心: 馬拉糕	13 早餐: 蜂蜜蛋糕.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 銀芽雞絲 配菜: 芹香干絲 鮮炒時蔬 湯: 薑絲海帶湯 點心: 法式吐司	14 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 螞蟻上樹 配菜: 毛豆炒豆乾丁 鮮炒時蔬 湯: 黑輪湯 點心: 蔬菜粥	15 早餐: 奶皇包.豆漿 午餐: 飯: 高纖雜糧糙米飯 主菜: 茄汁鳳梨雞丁 配菜: 大黃瓜燴魚板 鮮炒時蔬 湯: 鱈魚丸湯 點心: 米苔目	16 早餐: 法式乳酪薄餅.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 瓜子肉 配菜: 番茄炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 冬瓜蛤蜊湯 點心: 薯餅	17
18	19 早餐: 叉燒包.豆漿 午餐: 飯: 地瓜飯 主菜: 三杯杏鮑雞 配菜: 麻婆豆腐 鮮炒時蔬 湯: 白蘿蔔油豆腐湯 點心: 肉燥粿仔條	20 早餐: 瑪芬蛋糕.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 鳳梨炒飯 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 紫菜蛋花湯 點心: 果醬吐司	21 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 歡樂炸雞塊 配菜: 玉米炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 蓮藕排骨湯 點心: 菠蘿麵包	22 早餐: 黑糖饅頭.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 紅燒獅子頭 配菜: 沙茶素腰花 鮮炒時蔬 湯: 香菇雞湯 點心: 肉燥乾麵	23 早餐: 日式紅豆麵包.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 雞絲飯 配菜: 紅蘿蔔炒蛋 鮮炒時蔬 湯: 大黃瓜貢丸湯 點心: 玉兔包	24
25	26 早餐: 水餃 午餐: 飯: 白飯 主菜: 香甜咖哩飯 配菜: 鮮炒時蔬 湯: 鱈魚丸湯 點心: 南瓜乳酪小餐包	27 早餐: 玉米片.牛奶 午餐: 飯: 高纖雜糧糙米飯 主菜: 蜜汁肉排 配菜: 紅燒油豆腐 鮮炒時蔬 湯: 番茄蛋花湯 點心: 雞絲麵	28 早餐: 起酥蛋糕.牛奶 午餐: 飯: 白飯 主菜: 香菇肉燥 配菜: 雪菜豆乾丁 鮮炒時蔬 湯: 味噌豆腐湯 點心: 豆沙包	29 早餐: 芋泥包.豆漿 午餐: 飯: 白飯 主菜: 鳳梨雞球 配菜: 黃瓜燴烏蛋 鮮炒時蔬 湯: 金針湯 點心: 雞肉玉米粥	30 早餐: 軟式香蒜麵包 午餐: 飯: 白飯 主菜: 沙茶豬肉 配菜: 三杯杏鮑菇 鮮炒時蔬 湯: 山藥排骨湯 點心: 奶酪布丁	31



CKids Educational Organization



•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。