

夏季兒童餐單 (A)

2025 年 4 月訂 (HM)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	好立克 花生醬/果醬 三文治	雜菜、肉粒 湯通粉	牛奶、 蜜糖星星/香蕉/ 粟米片/提子乾	吞拿魚三文治/ 雞蛋三文治	牛奶、烩蛋	牛奶 餅乾
生果	蘋果 / 火龍果	橙 / 香蕉	雪梨/ 哈密瓜	火龍果/ 香蕉	蘋果 / 西瓜	清水
午餐	番茄、炒蛋、 蜜汁雞翼、 白飯 花生、眉豆、 鯿魚、雞腳、 蜜棗、豬展湯	炒蛋、翠玉瓜 瘦肉、藜麥飯 絲瓜、粉絲、 肉片湯	椰菜絲、雞蛋、 甘筍絲、肉絲、 炒米粉 冬菇、雞粥	節瓜、冬菇、 豆腐、雞肉 白飯 淮山、栗子、 花生、粟米、 紅棗湯	茄汁、粟米、 肉粒、雞蛋 螺絲粉 冬瓜、黃豆、 排骨湯	粟米、雞肉 湯意粉
茶點	甘筍、粟米、 肉碎粥	牛奶 手指餅/動物餅	生菜、肉絲 蜆殼粉	阿華田 烩蛋/ 烩番薯	自製甜豆漿 壽桃包 / 饅頭	

附註：1. 本餐單經註冊營養師審核，食物配搭營養均衡，合符兒童生長發展需要
 2. 每日食品會因應市場供應而作出調節，以當日張貼於門口之餐單作準
 3. 夏季餐單採用日期，請留意公佈

夏季兒童餐單 (B)

2025 年 4 月訂 (HM)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶雞蛋麥皮 梳打餅	牛奶 烱蛋	好立克、 花生醬/果醬 三文治	番茄、雞絲 湯螺絲粉	牛奶、 蜜糖星星/香蕉/ 粟米片/提子乾	牛奶 薏米餅
生果	蘋果/梨	火龍果/提子	橙/奇異果	蘋果/香蕉	哈密瓜/火龍果	清水
午餐	三文魚、雞蛋、 椰菜花、白飯 節瓜、蛋花、 冬菇、瘦肉湯	薯仔、雞翼、 肉豆、甘筍粒、 藜麥飯 合掌瓜、 南北杏、蜜棗 豬展湯	芝士、西蘭花、 肉醬意粉 粟米、豆腐、 竹笙、蛋花、 瘦肉羹	椰菜、磨菇、雞絲 炒蛋、炒麵 節瓜、蘋果、 粟米、栗子、 腰果湯	番茄、雞蛋、 雞柳 白飯 木瓜、雪耳 瘦肉、魚尾湯	生菜、肉片 湯字母粉
茶點	椰菜絲、雞肉 蜆殼粉	牛奶、蒸蛋糕	粟米、雞絲 湯米粉	豆漿 蔥油餅/ 粟米蔥油餅	清水 花生醬/果醬 三文治	

附註：1. 本餐單經註冊營養師審核，食物配搭營養均衡，合符兒童生長發展需要
 2. 每日食品會因應市場供應而作出調節，以當日張貼於門口之餐單作準
 3. 夏季餐單採用日期，請留意公佈

夏季兒童餐單 (C)

2025 年 4 月訂 (HM)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 提子乾、甜麥皮	好立克 甜饅頭	牛奶、 蜜糖星星/香蕉/ 粟米片/提子乾	雜菜、雞蛋、肉丁 湯通粉	牛奶 花生醬/煉奶/ 果醬/三文治	牛奶 咸餅乾
生果	蘋果 / 香蕉	橙 / 火龍果	香蕉/ 西瓜	雪梨/ 橙	蘋果/ 火龍果	清水
午餐	瘦肉、粉絲 蒸蛋、豆腐、 炆時菜、白飯 青蘿蔔、紅蘿蔔 蜜棗、牛腩湯	菠蘿、粟米、雞蛋 炒飯 瑞士汁雞翼 花生、眉豆、 木瓜、雪耳、 紅棗、陳皮湯	豬肉、番茄、雞蛋 藜麥飯 淮山、烏雞 無花果湯	甘筍絲、 合掌瓜絲、 炒牛柳絲、白飯 紅菜頭、粟米、 栗子、腰果、 合桃湯	雞粒、粟米粒 菜粒、茄汁通粉 番茄、薯仔 洋蔥、排骨湯	生菜、瘦肉 湯米粉
茶點	阿華田 果醬/ 花生醬班戟	粟米、冬菇粒 雞蓉粥	牛奶 烩蛋/ 烩番薯	利賓納 粟米雞絲奄列/ 甘筍絲雞絲奄列	椰菜、雞肉 螺絲粉	

附註：1. 本餐單經註冊營養師審核，食物配搭營養均衡，合符兒童生長發展需要
 2. 每日食品會因應市場供應而作出調節，以當日張貼於門口之餐單為準
 3. 夏季餐單採用日期，請留意公佈

夏季兒童餐單 (D)

2025 年 4 月訂 (HM)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	牛奶 甜饅頭	好立克 花生醬/煉奶/果醬 三文治	肉絲/粟米 白粥	椰菜絲、蛋絲 肉碎湯通心粉	牛奶、 蘿蔔絲、雞絲、 炒蛋	牛奶 動物餅
生果	蘋果/火龍果	火龍果/香蕉	橙/哈密瓜	香蕉/柑	蘋果/梨	清水
午餐	雞蛋絲、椰菜 蘿蔔絲、肉絲 炒米粉 粟米、雞粥	翠肉瓜、粉絲、 牛肉粒 糙米飯 冬瓜、粉絲、 瘦肉湯	三文魚、炒蛋、 炒青瓜、白飯 番茄洋蔥豆腐 薯仔魚尾湯	馬蹄、冬菇 蒸肉餅 蒜蓉合掌瓜絲 白飯 紅蘿蔔、青蘿蔔 粟米、冬菇湯	西蘭花、 甘筍粒、 茄汁意粉 豉油雞翼 椰子、南北杏、 雪耳、蜜棗、 雞湯	時菜、 甘筍絲、 瘦肉湯 蜆殼粉
茶點	清水 粟米蔥花/ 白蘿蔔絲蔥花 雞蛋薄餅	甘筍絲、肉碎、 冬菇、湯米粉	利賓納 香蕉蛋糕	牛奶 芝士蛋三文治/ 雞蛋三文治	清水 果醬/蜜糖 班戟	

附註：1. 本餐單經註冊營養師審核，食物配搭營養均衡，合符兒童生長發展需要
 2. 每日食品會因應市場供應而作出調節，以當日張貼於門口之餐單作準
 3. 夏季餐單採用日期，請留意公佈