

天主教聖葉理諾幼稚園

2019-2020 年度上學期 10 月份茶點、午膳

日期	星期	上午		午膳			下午		備註		
		飲品/水果	食物	湯水	餸菜	水果	飲品	食物	幼兒班	低班	高班
1/10	二	國慶節假期									
2/10	三	開水	粟米粒	節瓜蜜棗瘦肉湯	紅棗粟米蒸雞飯/時菜	香蕉	開水	芝士包			
3/10	四	開水/雪梨	芝士味健康米餅	蕃茄薯仔肉片湯	粟米蒸肉餅飯/時菜	蘋果	開水	粟米肉碎通粉			
4/10	五	開水/蘋果	黑糖忌廉棒	大白菜排骨湯	南瓜粒雞粒蒸水蛋飯/時菜	橙	開水/ 低脂牛奶	美祿可可球			
7/10	一	重陽節假期									
8/10	二	開水/火龍果	芝士包	木瓜瘦肉湯	白汁雞皇飯/時菜	雪梨	燕麥豆奶	克力架			
9/10	三	開水	燕麥南瓜肉碎粥	蕃茄豆腐肉粒湯	葡汁肉片意粉/時菜	蘋果	開水	咸餐包			
10/10	四	開水/橙	薄餅味健康米餅	霸王花瘦肉湯	雞蛋蒸肉餅飯/時菜	藍莓	開水	甜蕃薯			
11/10	五	開水/蘋果	合桃提子裸麥包	合掌瓜甘筍排骨湯	南瓜魚粒蒸水蛋飯/時菜	香蕉	開水/ 無糖豆漿	粟米片	派生果		
14/10	一	開水/無糖豆漿	美祿可可球	粟米甘筍瘦肉湯	菠菜汁雞絲螺絲粉/時菜	蘋果	開水	有營亞麻籽包			
15/10	二	開水/黃金梨	海綿蛋糕	冬瓜薏米瘦肉湯	蟲草花蒸雞飯/時菜	橙	低脂牛奶	梳打餅			
16/10	三	開水	蒸腸粉	清補涼唐排湯	芝士汁魚柳螺絲粉/時菜	香蕉	開水	提子麥包			
17/10	四	開水/蘋果	BB 熊貓餅	雪耳木瓜肉片湯	南瓜蒸肉餅飯/時菜	火龍果	開水	吞拿魚麥三文治			
18/10	五	開水/橙	黑糖合桃提子包	南瓜甘筍瘦肉湯	粟米雞蓉蒸水蛋飯/時菜	蘋果	開水/ 無糖豆奶	無糖小麥粒			
21/10	一	福傳及參觀日翌日									
22/10	二	開水/奇異果	提子麥包	鮮茄什菜肉片湯	蘑菇汁肉片意粉/時菜	橙	燕麥豆奶	燒烤味健康米餅			
23/10	三	開水	烩蛋	青紅蘿蔔唐排湯	勝瓜雞球飯/時菜	香蕉	開水	海綿蛋糕			
24/10	四	開水/香蕉	能量棒	老黃瓜甘筍瘦肉湯	馬蹄蒸肉餅飯/時菜	火龍果	開水	粟米粒			
25/10	五	教師發展日									
28/10	一	開水/無糖豆漿	粟米片	節瓜章魚唐排湯	鮮茄肉粒飯/時菜	橙	開水	黑糖合桃提子包			
29/10	二	開水/紅肉火龍果	芝麻餐包	佛手瓜南北杏瘦肉湯	蘿蔔粟米蒸雞飯/時菜	蘋果	開水	海苔味健康米餅			
30/10	三	開水	瘦肉粟米貝殼粉	冬瓜肉粒湯	節瓜香菇燴魚柳飯/時菜	火龍果	低脂牛奶	饅頭			
31/10	四	開水/蘋果	原味梳打餅	羅漢果甘筍瘦肉湯	香菇蒸肉餅飯/時菜	香蕉	開水	低脂芝士麥三文治			

註:水果會因應貨源而有所調整。