9月份午餐表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 日期 |  |  |
| 8月30日星期一 | 糙米飯 三杯雞 紅顏炒蛋 炒蚵白菜 榨菜珍菇湯 |
| 9月01日星期二 | 紫米飯 碎瓜絞肉 炒洋芋 炒綠莧菜 味增豆腐湯 |
| 9月02日星期三 | 酸辣湯麵 雞堡 薯條 炒青江菜 |
| 9月03日星期四 | 燕麥飯 清蒸魚片 麻婆豆腐 炒油菜 玉米蛋花湯 |
| 9月04日星期五 | 小米飯 日式丼肉 關東煮 豆芽三色 牛蒡雞湯 |
| 9月07日星期一 | 十穀飯 咕咾雞丁 豆干培根 炒蚵白菜 仙草蜜 |
| 9月08日星期二 | 胚芽飯 東坡扣肉 金針腐皮 炒空心菜 海芽湯 |  |
| 9月09日星期三 | 筍香鹹粥 海帶片 炒油菜 芝麻包 |  |
| 9月10日星期四 | 蕎麥飯 香酥花枝排 豆腐煲 炒高麗菜 冬瓜大骨湯 |
| 9月11日星期五 | 五穀飯 米蘭肉丸子 咖哩絞肉 炒青江菜 蔬菜蛋花湯 |
| 9月14日星期一 | 糙米飯 豆干燒雞 韭菜炒蛋 炒油菜 冬瓜魚丸湯 |
| 9月15日星期二 | 紫米飯 鮑菇滷肉 什錦筍絲羹 炒黑葉白菜 味增海芽湯 |
| 9月16日星期三 | 肉羹麵 炸天婦羅 炒青江菜 波蘿麵包 |
| 9月17日星期四 | 燕麥飯 腐燒魚丁 鮮菇青椰 炒高麗菜 菜頭湯 |
| 9月18日星期五 | 小米飯 醬爆肉片 絞肉滷油腐 炒蚵白菜 紫菜蛋花湯 |

 以上餐點食材由承富實業有限公司提供

|  |  |
| --- | --- |
| 9月21日星期一 | 十穀飯 洋芋燒肉 豆瓣干片 炒油菜 海芽蛋花湯 |
| 9月22日星期二 | 胚芽飯 鹹酥雞 冬瓜燒豆輪 炒蚵白菜 菜頭湯 |
| 9月23日星期三 | 麵線糊 香Q滷蛋 炒高麗菜 奶皇包 |
| 9月24日星期四 | 蕎麥飯 鹹香鯖魚 洋蔥炒蛋 豆芽三色 鴨肉粉絲湯 |
| 9月25日星期五 | 五穀飯 蒜泥白肉 紹子豆腐 炒青江菜 冬瓜魚丸湯 |
| 9月26日星期六 | 紫米飯 海結豬腳 香炒寬粉 炒有機菜 菇菇湯 |
| 9月28日星期一 | 糙米飯 古早味雞翅 紅顏炒蛋 炒有機菜 綠豆薏仁湯 |
| 9月29日星期二 | 紫米飯 古都肉燥 金筍燴菇 炒小松菜 豬血湯 |
| 9月30日星期三 | 台式炒飯 雞塊 炒芥藍菜 青菜蛋花湯 |