

請將所選擇的餐款在右面的空格填滿，例：■。在每天的四款餐款中，選擇一款。請用HB鉛筆或原子筆填寫

*註：如教育局宣佈當天停課，則當天餐款自動取消。

本年度活力午餐參加了衛生署舉辦[學校午膳減鹽減鈉計劃]，冀望學生食得更健康

日期	星期	A款	B款	C款	D款	是週甜品	A	B	C	D	
2	一	昆布豆皮結配紅米飯(紹菜) 	蘑菇汁雞球配有營飯(椰菜) 	西班牙肉粒濃茄炊飯(南瓜) 	粉果 + 燒賣配五香碎腩(牛)米線 		2	☐	☐	☐	☐
3	二	香芋肉片配燕麥飯(紹菜)	巴黎汁雞球配粟米飯(翠玉瓜) 	和風豬肉燥配白飯(合掌瓜)	野菜飯糰(含糯米)配 番茄汁牛肉粒通心米粉(椰菜)  		3	☐	☐	☐	☐
4	三	木耳雞絲配紫紅米飯(合掌瓜) 	和風茄汁牛肉配糙米飯(南瓜) 	三重芝士雞球配意粉(椰菜) 	蒸水蛋配黑椒蘑菇汁豬柳飯(粟米)   		4	☐	☐	☐	☐
5	四	西芹肉片配金粟飯(西芹)	西班牙汁烤魚柳(可能含微骨)配 香菇飯(椰菜)(可持續海鮮餐)   	日式雞皇+雞蛋配白飯(紹菜)  	咖喱牛肉棒棒包配野菌牛肉意粉(粟米)   	生果	5	☐	☐	☐	☐
6	五	教師發展日						6			
9	一	香菇腐皮卷配糙米飯(紹菜) 	烤咖喱洋蔥香菇肉餅配香菇飯(合掌瓜) 	香草洋蔥雞皇飯(南瓜) 	燕麥糠低脂芝士肉醬(牛)三色意粉(椰菜)   		9	☐	☐	☐	☐
10	二	涼瓜肉片配紅米飯(西芹) 	意式洋蔥牛肉配意粉(椰菜) 	和風薯仔雞皇飯 	蘑菇汁燴菠菜肉丸配燕麥飯(粟米)  		10	☐	☐	☐	☐
11	三	粟米汁肉粒配粟米飯(合掌瓜) 	番茄牛肉配有營飯(粟米) 	素珍珠雞配和風肉燥(豬)米線(椰菜) 	蒜香雞皇 + 海南味飯(紹菜)		11	☐	☐	☐	☐
12	四	雞脾菇肉片配金粟飯(翠玉瓜) 	巴黎汁魚柳(可能含微骨)配 紅米飯(粟米)(可持續海鮮餐)   	葡汁薯仔雞皇配白飯(蘿蔔) 	蒜蓉包配西班牙肉粒意粉(椰菜)   	生果	12	☐	☐	☐	☐
13	五	彩椒雞絲配糙米飯(椰菜) 	西式牛肉配紫紅米飯(木瓜) 	香菇肉餅扒(雞及豬)飯  	蝦肉燒賣配香濃芝士雞皇烏冬   		13	☐	☐	☐	☐
16	一	素八寶枝竹配金粟飯(紹菜) 	洋蔥汁牛肉粒配紅米飯(椰菜) 	中式蜜汁蒸肉片配白飯(南瓜) 	日式咖喱汁雞扒撈烏冬(椰菜)   		16	☐	☐	☐	☐
17	二	福建肉粒配燕麥飯(西芹) 	意式牛肉配有營飯(粟米) 	薯仔雞皇配白飯(合掌瓜)  	芝士肉粒扭紋包配 野菌肉粒通心米粉(椰菜)   		17	☐	☐	☐	☐
18	三	蜆肉上湯雞絲配糙米飯(蘿蔔)	菠蘿汁牛肉配粟米亞麻籽飯(木瓜) 	四式芝士汁菠菜豬肉餃配意粉(椰菜)  	蒸水蛋配烤香芋鱈魚雞粒肉餅飯(粟米)  		18	☐	☐	☐	☐
19	四	銀湖雞絲配燕麥飯(紹菜)  	香濃蘑菇牛肉配香菇飯(合掌瓜)   	蜜椒雞皇配白飯(南瓜)  	菜肉包配肉燥(豬)一口餃子米線	生果	19	☐	☐	☐	☐
20	五	聖誕聯歡會						20			
23	一	聖誕及新年假期						23			
24	二							24			
25	三							25			
26	四							26			
27	五							27			
30	一							30			
31	二							31			

請將餐單表格連同收據於 11月 日(星期)交回(活力午餐)職員

繳費靈繳款日期:_____ 繳款編號:_____ 繳款金額:_____

** 如欲索取餐單或因缺席取消訂飯必須於當日上午10:00前致電 **2637-3215** 登記。

有關缺席退款安排會於隔月餐單中扣除

成份及其製品提示 :甲殼類動物 :蛋類 :奶類 :木本堅果

:芝麻 :蕃茄 :菇菌類 :辣 :非油炸

:此款式食物含花生，若對花生有敏感人士請勿選擇此款

:此款式食物含蠶豆，若有葡萄糖一六—磷酸鹽脫氫酵素缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款