



保良局田家炳千禧小學
2020年1月份午膳訂購表格

註: 13-15/11 及 18-19/11 五天停課,
午膳退款會於1月餐單扣除

小一至小二的卡路里約 533 至 633
小三至小六的卡路里約 633 至 800
中學生及老師的卡路里約 750 至 900

☐ 需要收據

○○○

活力午餐資訊

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
1	三	聖誕及新年假期					1			
2	四	西芹草菇肉片配菜飯(西芹) 	西班牙魚柳(可能含微骨)配糙米飯(南瓜)(可持續海鮮餐) 	香草洋蔥滑雞配白飯(合掌瓜) 	和風肉燥(豬)米線		2	☐	☐	☐
3	五	期考					3			
6	一						6			
7	二						7			
8	三						8			
9	四						9			
10	五	粟米肉片配糙米飯(粟米) 	西茄汁魚柳(可能含微骨)配紅米飯(木瓜)(可持續海鮮餐) 	原盅蒸沙薑冬菇滑雞飯 	蒜香包配芝士什菌牛肉麥皮麵(椰菜) 		10	☐	☐	☐
13	一	日式香菇素腐皮卷配香菇飯(粟米) 	車打雞皇配紫紅米飯(合掌瓜) 	西班牙肉片配白飯(南瓜) 	日式雞肉飯糰(含糯米)配西式肉醬(牛)通心米粉(椰菜) 		13	☐	☐	☐
14	二	昆布牛肉配粟米飯(紹菜)	香茄雞蓉炒蛋配糙米飯(木瓜) 	香菇肉餅扒(雞及豬)飯(蘿蔔) 	素Pizza摺包配香草雞皇意粉(椰菜) 		14	☐	☐	☐
15	三	蜆肉上湯雞球配紅米飯(合掌瓜)	拿坡里肉片配燕麥飯(木瓜) 	芝士牛肉配通粉(椰菜) 	日式餃子配黑椒蘑菇雞扒飯 		15	☐	☐	☐
16	四	肉燥(豬)粉絲配粟米飯(合掌瓜)	蘑菇汁烤魚柳(可能含微骨)配紫紅米飯(木瓜)(可持續海鮮餐) 	蒜香烤雞海南風味飯(粟米)	香芋生煎包 + 蝦肉燒賣配雪菜肉絲米線 	生果	16	☐	☐	☐
17	五	全方位學習週					17			
20	一						20			
21	二						21			
22	三	保良局屬下小學教育研討會					22			
23	四	農曆新年假期					23			
24	五						24			
27	一						27			
28	二						28			
29	三						29			
30	四						30			
31	五						31			

請將餐單表格連同收據於 12月 16 日(星期一)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, 若有葡萄糖一六一磷酸鹽脫氫酵素缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款