

10 月 份 (小 學) 2024

日期	星期	午 餐		
1,2	三	國 慶 節		
3	四	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
4	五	羅 宋 湯	鮮茄紅豆燴雞肉飯/炒時菜	茄仔
7	一	雪梨紅蘿蔔瘦肉湯	白菌雞柳飯 / 炒時菜	蘋果
8	二	紫菜瘦肉湯	肉片炒雜菜飯 / 炒時菜	茄仔
9	三	羅漢果瘦肉湯	豉油雞翼飯 / 炒時菜	香蕉
10	四	雜 菜 湯	雲耳蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
11	五	重 陽 節		
14	一	菜乾紅蘿蔔瘦肉湯	粟米雞肉飯 / 炒時菜	蘋果
15	二	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	茄仔
16	三	清補涼豬肉湯	鮮茄三角豆燴雞肉飯/炒時菜	香蕉
17	四	南瓜淡菜湯	鮮茄豬扒飯/炒時菜	蘋果
18	五	秋 季 旅 行		
21	一	雪耳紅蘿蔔豬肉湯	白菌雞柳飯 / 炒時菜	蘋果
22	二	紫菜瘦肉湯	肉片炒雜菜飯 / 炒時菜	茄仔
23	三	羅漢果瘦肉湯	豉油雞翼飯 / 炒時菜	香蕉
24	四	白菌忌廉湯	雲耳蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
25	五	雜 菜 湯	鮮茄燴雞肉飯/炒時菜	茄仔
28	一	青紅蘿蔔瘦肉湯	粟米雞肉飯 / 炒時菜	蘋果
29	二	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	茄仔
30	三	清補涼豬肉湯	鮮茄紅豆燴雞肉飯/炒時菜	香蕉
31	四	冬瓜意米瘦肉湯	鮮茄豬扒飯/炒時菜	蘋果

備注：如有停課餐單將會調整、水果因供應商來貨而作出調整

10 月份 (幼稚園) 2024

日期	星期	午 餐		
1,2	三	國 慶 節		
3	四	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
4	五	羅 宋 湯	鮮茄紅豆燴雞肉飯/炒時菜	茄仔
7	一	雪梨紅蘿蔔瘦肉湯	白菌雞柳飯 / 炒時菜	蘋果
8	二	紫菜瘦肉湯	肉片炒雜菜飯 / 炒時菜	茄仔
9	三	羅漢果瘦肉湯	豉油雞肉飯 / 炒時菜	香蕉
10	四	雜 菜 湯	雲耳蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
11	五	重 陽 節		
14	一	菜乾紅蘿蔔瘦肉湯	粟米雞肉飯 / 炒時菜	蘋果
15	二	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	茄仔
16	三	清補涼豬肉湯	鮮茄豬扒飯/炒時菜	香蕉
17	四	南瓜淡菜湯	鮮茄三角豆燴雞肉飯/炒時菜	蘋果
18	五	羅 宋 湯	滷肉碎飯 / 炒時菜	茄仔
21	一	雪耳紅蘿蔔豬肉湯	白菌雞柳飯 / 炒時菜	蘋果
22	二	紫菜瘦肉湯	肉片炒雜菜飯 / 炒時菜	茄仔
23	三	羅漢果瘦肉湯	豉油雞肉飯 / 炒時菜	香蕉
24	四	白菌忌廉湯	雲耳蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
25	五	雜 菜 湯	鮮茄燴雞肉飯/炒時菜	茄仔
28	一	青紅蘿蔔瘦肉湯	粟米雞肉飯 / 炒時菜	蘋果
29	二	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	茄仔
30	三	清補涼豬肉湯	鮮茄豬扒飯/炒時菜	香蕉
31	四	冬瓜意米瘦肉湯	鮮茄紅豆燴雞肉飯/炒時菜	蘋果

備注：如有停課餐單將會調整、水果因供應商來貨而作出調整

10 月份 (中學) 2024

日期	星期	午 餐		
1,2	三	國 慶 節		
3	四	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
4	五	羅 宋 湯	鮮茄紅豆燴雞肉飯/炒時菜	茄仔
7	一	雪梨紅蘿蔔瘦肉湯	白菌雞柳飯 / 炒時菜	蘋果
8	二	紫菜瘦肉湯	肉片炒雜菜飯 / 炒時菜	茄仔
9	三	羅漢果瘦肉湯	豉油雞翼飯 / 炒時菜	香蕉
10	四	雜 菜 湯	雲耳蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
11	五	重 陽 節		
14	一	菜乾紅蘿蔔瘦肉湯	粟米雞肉飯 / 炒時菜	蘋果
15	二	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	茄仔
16	三	清補涼豬肉湯	鮮茄豬扒飯/炒時菜	香蕉
17	四	南瓜淡菜湯	鮮茄三角豆燴雞肉飯/炒時菜	蘋果
18	五	羅 宋 湯	鹵肉碎飯 / 炒時菜	茄仔
21	一	雪耳紅蘿蔔豬肉湯	白菌雞柳飯 / 炒時菜	蘋果
22	二	紫菜瘦肉湯	肉片炒雜菜飯 / 炒時菜	茄仔
23	三	羅漢果瘦肉湯	豉油雞翼飯 / 炒時菜	香蕉
24	四	白菌忌廉湯	雲耳蒸肉片飯 / 炒時菜	蘋果
25	五	雜 菜 湯	鮮茄燴雞肉飯/炒時菜	茄仔
28	一	青紅蘿蔔瘦肉湯	粟米雞肉飯 / 炒時菜	蘋果
29	二	雞茸粟米蛋花湯	冬菇蒸肉片飯 / 炒時菜	茄仔
30	三	清補涼豬肉湯	鮮茄豬扒飯/炒時菜	香蕉
31	四	冬瓜意米瘦肉湯	鮮茄紅豆燴雞肉飯/炒時菜	蘋果

備注：如有停課餐單將會調整、水果因供應商來貨而作出調整