

香港耀能協會
高福耀紀念學校

二月份膳食餐單(學生2017-2018)

日期	星期一	日期	星期二	日期	星期三	日期	星期四	日期	星期五
							腰果瑤柱肉碎粥		豆角炒蛋
						1/2	時菜肉片炒河	2/2	翠肉瓜炒肉片
									水果
5/2	洋蔥薯仔炆豬肉	6/2	西洋菜南北杏陳皮生魚瘦肉湯	7/2	蝦米蒸水蛋	8/2	蕃茄南瓜肉片湯	9/2	蜜桃焗豬扒(西)
	青瓜炒牛肉		雙色椒炒雞柳(去皮)		芽菜紅蘿蔔絲炒肉絲		粟米蒸肉餅		蒜蓉油麥菜
	香蕉		蒜蓉白菜		水果		清炒菜心		水果
12/2	洋蔥三色椒炒肉片	13/2	冬瓜瑤柱煲豬展	14/2	農曆新年假期	15/2	農曆新年假期	16/2	農曆新年假期
	白灼菜心		生菜冬菇炆豬肉						
	香蕉		西芹炒雞粒						
19/2	農曆新年假期	20/2	農曆新年假期	21/2	農曆新年假期	22/2	農曆新年假期	23/2	農曆新年假期
26/2	粟米肉粒	27/2	蘋果雪梨雪耳南北杏瘦肉湯	28/2	蕃茄焗魚柳				
	上湯娃娃菜		肉碎粉絲蒸水蛋		薑汁紹菜				
	香蕉		翠肉瓜炒牛肉		水果				

備註: 1. 如對膳食供應有意見提出, 請聯絡陳姑娘或麗姐。 2. 蔬菜/肉類會因季節或價格而有所改變。 3. 逢星期二及星期五提供紅米/粟米/燕麥飯