

4.12 – 8.12

29.1 – 2.2

2.1 – 5.1

26.2 – 1.3

幼兒冬季膳食單

15.1 – 19.1

\* \*

幼兒年齡：兩歲至六歲

\* \*

&lt;單週&gt;

	早餐	午餐	生果	下午茶點
星期一	麥包。 牛奶。	白汁甘筍雞柳意粉	蘋果	白菜、瘦肉、 湯麵。
星期二	南瓜、 粟米、 字母粉。	蕃茄煮免治牛肉。 粟米甘筍排骨湯 白飯	雪梨	芝士三文治。 清水。
星期三	饅頭/馬拉糕。 低糖豆漿。	免治瘦肉粟米粥。	橙	煎班戟。 牛奶。
星期四	菜芯、 牛肉、 湯通粉。	雞柳炒蛋。 炒時菜。 白飯。	火龍果	木瓜、雪耳、 蜜棗、瘦肉湯。 餐包。
星期五	吞拿魚沙律 三文治。 清水。	薯仔炆雞翼。 炒時菜。 白飯。	香蕉	腐竹、 雞蛋花糖水。 餅乾

\* 幼兒冬季膳食單使用期為二〇二三年十二月四日至二〇二四年三月一日，按照單週及雙週輪流使用，請家長在家中妥為保管，並且準備晚餐時，預知幼兒日間進食食物類別，晚餐不再重覆，使幼兒每天都有均衡的營養。

\* 幼兒若因身體不適，需要戒生果者，請家長早上回校時，填寫保健單及通知早班教師，以便作出妥善安排，例如以蘋果代橙。

\* 幼兒春季膳食單在三月份派發。

二〇二三年十一月份製訂

12.12 – 15.12

8.1 – 12.1

22.1 – 26.1

19.2 – 23.2

### 幼兒冬季膳食單

\* \* 幼兒年齡：兩歲至六歲 \* \*

<雙週>

	早餐	午餐	生果	下午茶點
星期一	粟米片、 提子乾。 牛奶。	蕃茄、粟米、 瘦肉、螺絲粉	香蕉	南瓜瘦肉粥
星期二	白菜、 瘦肉、 蜆殼粉。	粟米燴魚柳。 白菜、甘筍、 蜜棗、瘦肉湯。 白飯。	蘋果	焗蕃薯。 清水。
星期三	蛋糕。 低糖豆漿。	蓮藕豬肉餅。 炒時菜。 白飯。	哈密瓜	雞蛋三文治。 牛奶。
星期四	熟雞蛋。 清水。	馬蹄蒸豬肉 節瓜蝦米煮粉絲 白飯	雪梨	無花果、蘋果、 百合、瘦肉湯。 麥包。
星期五	牛油/果醬 三文治。 清水。	蕃茄薯仔瘦肉湯 煎魚柳 餐包	橙	雪梨水。 餅乾

\* 幼兒冬季膳食單使用期為二〇二三年十二月四日至二〇二四年三月一日，按照單週及雙週輪流使用，請家長在家中妥為保管，並且準備晚餐時，預知幼兒日間進食食物類別，晚餐不再重覆，使幼兒每天都有均衡的營養。

\* 幼兒若因身體不適，需要戒生果者，請家長早上回校時，填寫保健單及通知早班教師，以便作出妥善安排，例如以蘋果代橙。

\* 幼兒春季膳食單在三月份派發。

二〇二三年十一月份製訂