

慈幼中學 (2025~2026學年) 6月餐單(小一至小四)

日期	1號 (星期一)	2號 (星期二)	3號 (星期三)	4號 (星期四)	5號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	菠蘿蝦仁炒飯	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	蕃茄豬扒	蔥爆牛肉		茄汁魚柳	冬菇燜雞
肉類	蟹柳蒸水蛋	薯仔炒肉片	滷水雞翼	四季豆炒肉片	肉沫豆腐
蔬菜類	蒜蓉炒脆肉瓜	清炒黃心白	蒜蓉炒椰菜	蒜蓉炒菜心	蒜蓉炒絲瓜
水果/糕點	時令水果		泡芙		時令水果
日期	8號 (星期一)	9號 (星期二)	10號 (星期三)	11號 (星期四)	12號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	乾炒牛河	絲苗白飯	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	蒜香排骨		蕃茄煮牛肉	港式洋葱豬扒	乾鍋雞柳
肉類	菜心炒肉片	鹽焗雞翼	滑蛋蝦仁	地三鮮	香菇萵笋炒肉片
蔬菜類	紅燒冬瓜	清炒黃心白	蒜蓉炒椰菜花	蒜蓉炒節瓜	蒜蓉炒大白菜
水果/糕點	時令水果		黑加崙子味啫喱		時令水果
日期	15號 (星期一)	16號 (星期二)	17號 (星期三)	18號 (星期四)	19號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	絲苗白飯	蕃茄肉醬意粉	
肉類	蜜汁叉燒	咖喱雞	榨菜蒸肉餅		
肉類	農家小炒	蕃茄炒蛋	杏鮑菇炒三絲	黑椒牛肉(不辣)	端午假期
蔬菜類	蒜蓉炒菜心	蒜蓉炒紹菜	蒜蓉炒節瓜	清炒脆肉瓜	
水果/糕點	時令水果		泡芙		
日期	22號 (星期一)	23號 (星期二)	24號 (星期三)	25號 (星期四)	26號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	三絲炒麵	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	蘿蔔燜牛腩	黑椒豬扒(不辣)		粟米汁魚柳	瑞士雞下錘
肉類	嫩滑蒸水蛋	荷塘小炒蝦仁	可樂雞翼	椰菜花炒肉片	孜然薯仔肉片
蔬菜類	蒜蓉炒青瓜	蒜蓉炒絲瓜	蒜蓉炒生菜	蒜蓉炒節瓜	蒜蓉炒椰菜
水果/糕點	時令水果		紙杯合桃蛋糕		時令水果
日期	29號 (星期一)	30號 (星期二)			
五穀類					
肉類					
肉類	考試	考試			
蔬菜類					
水果/糕點					

慈幼中學 (2025~2026學年) 6月餐單 (小五至中一)

日期	1號 (星期一)	2號 (星期二)	3號 (星期三)	4號 (星期四)	5號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	菠蘿蝦仁炒飯	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	蕃茄豬扒	蔥爆牛肉		茄汁魚柳	冬菇燜雞
肉類	蟹柳蒸水蛋	薯仔炒肉片	滷水雞翼	四季豆炒肉片	肉沫豆腐
蔬菜類	蒜蓉炒脆肉瓜	清炒黃心白	蒜蓉炒椰菜	蒜蓉炒菜心	蒜蓉炒絲瓜
水果/糕點	時令水果		泡芙		時令水果
日期	8號 (星期一)	9號 (星期二)	10號 (星期三)	11號 (星期四)	12號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	乾炒牛河	絲苗白飯	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	蒜香排骨		蕃茄煮牛肉	港式洋蔥豬扒	乾鍋雞柳
肉類	菜心炒肉片	鹽焗雞翼	滑蛋蝦仁	地三鮮	香菇萵笋炒肉片
蔬菜類	紅燒冬瓜	清炒黃心白	蒜蓉炒椰菜花	蒜蓉炒節瓜	蒜蓉炒大白菜
水果/糕點	時令水果		黑加崙子味啫喱		時令水果
日期	15號 (星期一)	16號 (星期二)	17號 (星期三)	18號 (星期四)	19號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	絲苗白飯	蕃茄肉醬意粉	
肉類	蜜汁叉燒	咖喱雞	榨菜蒸肉餅		
肉類	農家小炒	蕃茄炒蛋	杏鮑菇炒三絲	黑椒牛肉(不辣)	端午假期
蔬菜類	蒜蓉炒菜心	蒜蓉炒紹菜	蒜蓉炒節瓜	清炒脆肉瓜	
水果/糕點	時令水果		泡芙		
日期	22號 (星期一)	23號 (星期二)	24號 (星期三)	25號 (星期四)	26號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	三絲炒麵	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	蘿蔔燜牛腩	黑椒豬扒(不辣)		粟米汁魚柳	瑞士雞下錘
肉類	嫩滑蒸水蛋	荷塘小炒蝦仁	可樂雞翼	椰菜花炒肉片	孜然薯仔肉片
蔬菜類	蒜蓉炒青瓜	蒜蓉炒絲瓜	蒜蓉炒生菜	蒜蓉炒節瓜	蒜蓉炒椰菜
水果/糕點	時令水果		紙杯合桃蛋糕		時令水果
日期	29號 (星期一)	30號 (星期二)			
五穀類					
肉類					
肉類	考試	考試			
蔬菜類					
水果/糕點					

註：蔬菜或水果類因季節或新鮮情況如須作出更改，更改前須通知校方