

2026~2027學年 慈幼中學 9月餐單(小一至小四)

日期			2號 (星期三)	3號 (星期四)	4號 (星期五)
五穀類			絲苗白飯	絲苗白飯	揚洲炒飯
肉類			蕃茄豬扒	粟米魚柳	
肉類			西藍花炒雞柳	紅蘿蔔木耳炒肉片	白蘿蔔燜牛腩
蔬菜類			蒜蓉炒脆肉瓜	蒜蓉炒生菜	蒜蓉炒絲瓜
水果/糕點			時令水果		泡芙
日期	7號 (星期一)	8號 (星期二)	9號 (星期三)	10號 (星期四)	11號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	蝦仁肉醬燴意粉		絲苗白飯
肉類	蒜香雞扒	蕃茄煮牛肉			榨菜蒸肉餅
肉類	菜心炒肉片	粉絲肉沫燜節瓜	瑞士雞中翼	假期	滑嫩蒸蛋
蔬菜類	蒜蓉蒸娃娃菜	清炒椰菜	紅燒冬瓜		蒜蓉炒雜菜
水果/糕點	時令水果		檸檬蛋糕		時令水果
日期	14號 (星期一)	15號 (星期二)	16號 (星期三)	17號 (星期四)	18號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	乾炒牛河	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	咖喱雞 (不辣)	蒜香肉片		黑椒牛肉(不辣)	葡汁魚柳
肉類	杏鮑菇炒三絲	蕃茄炒蛋	洋蔥汁雞扒	蝦仁炒荷蘭豆	青瓜炒肉片
蔬菜類	蒜蓉炒椰菜花	蒜蓉炒紹菜	清炒薯仔絲	蒜蓉炒脆肉瓜	蒜蓉油麥菜
水果/糕點	時令水果		芒果布甸		時令水果
日期	21號 (星期一)	22號 (星期二)	23號 (星期三)	24號 (星期四)	25號 (星期五)
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	蕃茄肉醬意粉	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	京都豬扒	可樂雞中翼		冬菇蒸滑雞	牛肉燜豆腐
肉類	四季豆炒肉碎	荷塘小炒蝦仁	蘿蔔燜牛腩	椰菜花炒肉片	粟米木耳炒肉丁
蔬菜類	蒜蓉炒絲瓜	蒜蓉蒸娃娃菜	蒜蓉炒青瓜	清炒菜心	蒜蓉炒椰菜
水果/糕點	時令水果		朱古力牛角包		
日期	28號 (星期一)	29號 (星期二)	30號 (星期三)		
五穀類		絲苗白飯	雞絲炒麵		
肉類		梅菜蒸肉餅			
肉類	假期	蕃茄炒蛋	鳳梨咕嚕肉		
蔬菜類		清炒黃心白	蒜蓉炒節瓜		
水果/糕點			時令水果		

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

2026~2027學年 慈幼中學 9月餐單（小五至中一）

日期			2號（星期三）	3號（星期四）	4號（星期五）
五穀類			絲苗白飯	絲苗白飯	揚洲炒飯
肉類			蕃茄豬扒	粟米魚柳	
肉類			西藍花炒雞柳	紅蘿蔔木耳炒肉片	白蘿蔔燜牛腩
蔬菜類			蒜蓉炒脆肉瓜	蒜蓉炒生菜	蒜蓉炒絲瓜
水果/糕點			時令水果		泡芙
日期	7號（星期一）	8號（星期二）	9號（星期三）	10號（星期四）	11號（星期五）
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	蝦仁肉醬燴意粉		絲苗白飯
肉類	蒜香雞扒	蕃茄煮牛肉			榨菜蒸肉餅
肉類	菜心炒肉片	粉絲肉沫燜節瓜	瑞士雞中翼	假期	滑嫩蒸蛋
蔬菜類	蒜蓉蒸娃娃菜	清炒椰菜	紅燒冬瓜		蒜蓉炒雜菜
水果/糕點	時令水果		檸檬蛋糕		時令水果
日期	14號（星期一）	15號（星期二）	16號（星期三）	17號（星期四）	18號（星期五）
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	乾炒牛河	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	咖喱雞（不辣）	蒜香排骨		黑椒牛肉（不辣）	葡汁魚柳
肉類	杏鮑菇炒三絲	蕃茄炒蛋	洋葱汁雞扒	蝦仁炒荷蘭豆	青瓜炒肉片
蔬菜類	蒜蓉炒椰菜花	蒜蓉炒紹菜	清炒薯仔絲	蒜蓉炒脆肉瓜	蒜蓉油麥菜
水果/糕點	時令水果		芒果布甸		時令水果
日期	21號（星期一）	22號（星期二）	23號（星期三）	24號（星期四）	25號（星期五）
五穀類	絲苗白飯	絲苗白飯	蕃茄肉醬意粉	絲苗白飯	絲苗白飯
肉類	京都豬扒	可樂雞中翼		冬菇蒸滑雞	牛肉燜豆腐
肉類	四季豆炒肉碎	荷塘小炒蝦仁	蘿蔔燜牛腩	椰菜花炒肉片	粟米木耳炒肉丁
蔬菜類	蒜蓉炒絲瓜	蒜蓉蒸娃娃菜	蒜蓉炒青瓜	清炒菜心	蒜蓉炒椰菜
水果/糕點	時令水果		朱古力牛角包		
日期	28號（星期一）	29號（星期二）	30號（星期三）		
五穀類		絲苗白飯	雞絲炒麵		
肉類		梅菜蒸肉餅			
肉類	假期	蕃茄炒蛋	鳳梨咕嚕肉		
蔬菜類		清炒黃心白	蒜蓉炒節瓜		
水果/糕點			時令水果		

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