

聖若瑟教區中學第五校檢視餐單(雙月)

星期一	幼稚園:	主菜: 咕嚕魚柳飯(注意不要太酸)	配菜: 薯仔絲
	小一-小三:	主菜: 咕嚕魚柳飯(注意不要太酸)	配菜: 薯仔絲
	小四-中學:	主菜: 咕嚕魚柳飯(注意不要太酸)	配菜: 薯仔絲
星期二	幼稚園:	主菜: 鮮茄豬扒飯(切碎)	配時菜
	小一-小三:	主菜: 鮮茄豬扒飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 鮮茄豬扒飯	配時菜
星期三	幼稚園:	主菜: 香蒜蘑菇雞粒飯	配時菜
	小一-小三:	主菜: 香蒜蘑菇雞絲飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 香蒜蘑菇雞柳飯	配時菜
星期四	幼稚園:	主菜: 豆豉肉片飯(切碎)	配時菜
	小一-小三:	主菜: 豆豉肉片飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 豆豉排骨飯	配時菜
星期五	幼稚園:	主菜: 白汁磨菇雞粒飯	配時菜
	小一-小三:	主菜: 白汁磨菇雞絲飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 白汁磨菇雞皇飯	配時菜
星期一	幼稚園:	主菜: 咖喱海鮮飯(注意不要辣)	配時菜 時令水果
	小一-小三:	主菜: 咖喱海鮮飯(注意不要辣)	配時菜
	小四-中學:	主菜: 咖喱海鮮飯(注意不要辣)	配時菜
星期二	幼稚園:	主菜: 醬汁雞粒飯	配時菜
	小一-小三:	主菜: 醬汁雞件飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 醬汁雞扒飯	配時菜
星期三	幼稚園:	主菜: 菠蘿豬肉薯仔意粉	時令水果
	小一-小三:	主菜: 菠蘿豬肉薯仔意粉	
	小四-中學:	主菜: 菠蘿豬肉薯仔意粉	
星期四	幼稚園:	主菜: 揚州炒飯	配節瓜蝦米粉絲
	小一-小三:	主菜: 揚州炒飯	配節瓜蝦米粉絲
	小四-中學:	主菜: 揚州炒飯	配節瓜蝦米粉絲
星期五	幼稚園:	主菜: 南瓜肉餅飯(跟汁)	配時菜 時令水果
	小一-小三:	主菜: 南瓜肉餅飯(跟汁)	配時菜
	小四-中學:	主菜: 南瓜肉餅飯(跟汁)	配時菜
星期一	幼稚園:	主菜: 豉味蜜糖雞粒飯	配菜: 薯仔絲
	小一-小三:	主菜: 豉味蜜糖雞絲飯	配菜: 薯仔絲
	小四-中學:	主菜: 豉味蜜糖雞柳飯	配菜: 薯仔絲
星期二	幼稚園:	主菜: 肉碎洋葱蛋飯	配時菜
	小一-小三:	主菜: 肉碎洋葱蛋飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 肉碎洋葱蛋飯	配時菜
星期三	幼稚園:	主菜: 茄汁雞粒洋葱意粉	
	小一-小三:	主菜: 茄汁雞絲洋葱意粉	
	小四-中學:	主菜: 茄汁雞柳洋葱意粉	
星期四	幼稚園:	主菜: 北菇扒豆付肉碎飯	配時菜
	小一-小三:	主菜: 北菇扒豆付肉碎飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 北菇扒豆付肉碎飯	配時菜
星期五	幼稚園:	主菜: 豉汁蒸龍利柳	配菜: 燻冬瓜絲
	小一-小三:	主菜: 豉汁蒸龍利柳	配菜: 燻冬瓜絲
	小四-中學:	主菜: 豉汁蒸龍利柳	配菜: 燻冬瓜絲
星期一	幼稚園:	主菜: 豆腐雞粒飯(跟汁)	配時菜 時令水果
	小一-小三:	主菜: 豆腐雞絲飯(跟汁)	配時菜
	小四-中學:	主菜: 豆腐雞球飯(跟汁)	配時菜
星期二	幼稚園:	主菜: 秘製咖喱雞粒薯仔(注意不要辣)	配時菜
	小一-小三:	主菜: 秘製咖喱雞柳薯仔(注意不要辣)	配時菜
	小四-中學:	主菜: 秘製咖喱雞肚(斬件)薯仔(注意不要辣)	配時菜
星期三	幼稚園:	主菜: 意式蘑菇肉醬燴意粉	時令水果
	小一-小三:	主菜: 意式蘑菇肉醬燴意粉	
	小四-中學:	主菜: 意式蘑菇肉醬燴意粉	
星期四	幼稚園:	主菜: 粟米班腩飯	配時菜
	小一-小三:	主菜: 粟米班腩飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 粟米班腩飯	配時菜
星期五	幼稚園:	主菜: 鮮茄牛肉粒飯	配時菜 時令水果
	小一-小三:	主菜: 鮮茄牛肉絲飯	配時菜
	小四-中學:	主菜: 鮮茄牛肉飯	配時菜

註:所有餐款均不含蠶豆成份,或另有過敏者需另再通知本公司

咖喱,黑椒汁等都帶微辣

以上燒類食物皆以焗烤製方式處理

本公司所提供都是優質魚柳,但當中含有少量魚骨(工作人員會細心再去骨)