



2026年9月小學部菜單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五（素食）
日期		9月1日	9月2日	9月3日	9月4日
菜單明細			椰汁燴雞	京都汁豬柳片	銀芽雜菜素麵
			肉碎四季豆	西蘭花龍脷柳	蝦仁炒蛋
			清炒菜花	雜菜土豆絲	甜粟米
			白飯	紅米飯	蒜蓉炒菜心
			南杏蜜棗豬展湯	赤小豆粉葛豬骨湯	紫菜蛋花湯
					時令水果
日期	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日
菜單明細	粟米馬蹄蒸肉餅	揚州炒飯	匈牙利燴豬柳	教師日	雜菜三文魚拌飯
	乾免治雞丁	瑞士汁雞翼	雞絲炆節瓜		蕃茄炒蛋（有汁）
	粉絲燴節瓜	醋溜青瓜	粟米粒油麥菜		烤土豆
	紅米飯	上湯冬瓜	白飯		清炒翠玉瓜
	蕃茄薯仔瘦肉湯	甘筍排骨玉米湯	青紅蘿蔔豬骨湯		雜菜湯
					時令水果
日期	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日
菜單明細	照燒汁雞翅	白汁粟米肉丁（免蛋）	香煎豬柳片	葡國雞	雜菜炒米粉
	肉碎粉絲蒸水蛋	洋蔥雞扒	香菇炆土豆	墨魚片炒節瓜	脆香魚柳
	叉燒紹菜	茶樹菇炒四季豆	魚條炒雜菜	蒜蓉炒菜心	蝦仁粟米炒雜菜
	白飯	白飯	紅米飯	白飯	乳酪汁西蘭花
	蘋果雪梨水	甘筍土豆肉片湯	綠豆蓮藕豬骨湯	冬瓜薏米排骨湯	南瓜湯
					時令水果
日期	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日
菜單明細	健怡素菜汁雞扒	三絲炒麵	粟米雜菜蒸肉餅	嚟囉汁肉丁	鮮茄海鮮燴通粉
	香菇扒冬瓜	豉油皇雞翼	鮮茄燴龍脷	雞絲炒菜心	甜粟米
	清炒四季豆	日式烺蛋	清炒青瓜	蠔皇菜花	蒜蓉炒菜芯
	白飯	蒜蓉西蘭花	紅米飯	白飯	魚條雜菜
	雙豆甘筍豬骨湯	南瓜薏米瘦肉湯	冬瓜黃豆肉片湯	甘筍玉米豬展湯	紫菜蛋花湯
					時令水果
日期	9月28日	9月29日	9月30日		
菜單明細	中秋節翌日	清湯牛腩	車打汁豬扒		
		叉燒炒青瓜	蝦仁蒸水蛋		
		上湯紹菜	炒雙花		
		白飯	紅米飯		
		蘋果雪梨水	冬瓜黃豆肉片湯		



2026年9月中學部菜單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五（素食）
日期		9月1日	9月2日	9月3日	9月4日
菜單明細			椰汁燴雞	京都汁豬柳片	銀芽咖喱魷魚炒麵
			牛肉炒四季豆	咕嚕魚柳	蝦仁炒蛋
			清炒菜花	雜菜土豆絲	甜粟米
			白飯	紅米飯	蒜蓉炒菜心
			南杏蜜棗豬展湯	赤小豆粉葛豬骨湯	紫菜蛋花湯
日期					時令水果
日期	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日
菜單明細	香煎馬蹄肉餅	揚州炒飯	匈牙利燴豬柳	教師日	雜菜三文魚拌飯
	乾免治雞丁	瑞士汁雞翼	雞柳炆節瓜		蕃茄炒蛋（有汁）
	粉絲燴節瓜	醋溜青瓜	粟米粒油麥菜		烤土豆
	紅米飯	豆角粒炒蛋	白飯		蝦仁炒翠玉瓜
	蕃茄薯仔瘦肉湯	甘筍排骨玉米湯	青紅蘿蔔豬骨湯		雜菜湯
日期					時令水果
日期	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日
菜單明細	黑椒汁雞髀	白汁粟米肉丁（免蛋）	香茅豬扒	葡國雞	雜菜炒米粉
	肉碎粉絲蒸水蛋	椒鹽排骨	香菇炆土豆	脆香排骨	脆香魚柳
	叉燒紹菜	茶樹菇炒四季豆	魚條炒雜菜	蒜蓉炒菜心	蝦仁粟米炒雜菜
	白飯	白飯	紅米飯	白飯	乳酪汁西蘭花
	蘋果雪梨水	甘筍土豆肉片湯	綠豆蓮藕豬骨湯	冬瓜薏米排骨湯	南瓜湯
日期					時令水果
日期	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日
菜單明細	健怡素菜汁雞扒	三絲炒麵	粟米雜菜蒸肉餅	嚟囉汁肉丁	鮮茄海鮮燴通粉
	香菇肉片扒冬瓜	豉油皇雞翼	菜心粒雞丁扒豆腐	豉油皇雞鎚	甜粟米
	清炒四季豆	咕嚕肉	清炒青瓜	蠔皇菜花	蒜蓉炒菜芯
	白飯	蒜蓉西蘭花	紅米飯	白飯	蝦仁炒蛋
	雙豆甘筍豬骨湯	南瓜薏米瘦肉湯	冬瓜黃豆肉片湯	甘筍玉米豬展湯	紫菜蛋花湯
日期					時令水果
日期	9月28日	9月29日	9月30日		
菜單明細	中秋節翌日	清湯牛腩	車打汁豬扒		
		叉燒炒青瓜	蝦仁蒸水蛋		
		上湯紹菜	炒雙花		
		白飯	紅米飯		
日期		蘋果雪梨水	冬瓜黃豆肉片湯		

