

# 香港航海學校

每週菜譜 : 2020 年 10 月 12 日 至 10 月 18 日

	早 餐	午 餐	晚 餐	茶 餐
星期一 12-10-2020	腸仔通粉 菠蘿包 好立克	冬瓜薏米豬骨湯 節瓜枝竹炆火腩 北菇蒸滑雞 蒜茸炒菜 生果	冬瓜薏米豬骨湯 楊州炒飯 咸肉炒粗麵 蒜茸炒菜	提子酥 饅頭
星期二 13-10-2020	火腿絲炒銀針粉 咸牛肉包 美綠	粟米忌廉湯 牛扒拼珍寶腸 洋蔥汁 黑椒汁 蒜茸炒菜 生果	粉葛赤小豆豬骨湯 豉汁蒸鳳爪排骨 麻婆豆腐 蒜茸炒菜	忌廉賓 柑桔檸檬
星期三 14-10-2020	雪菜肉絲湯米 芝士火腿包 朱古力	香芋蕃薯糖水 咸魚雞粒炒飯 白汁煙肉雞絲意粉 蒜茸炒菜 生果	老王瓜扁豆豬骨湯 蘿蔔炆魚鬆 京都肉排 蒜茸炒菜	超軟蛋糕 荔枝紅茶
星期四 15-10-2020	炸菜肉絲公仔麵 吞拿魚包 阿華田	紅蘿蔔粟米豬骨湯 生炸雞肫 洋蔥汁 黑椒汁 蒜茸炒菜 生果	紅蘿蔔粟米豬骨湯 滑蛋粟米班球 魚香茄子 蒜茸炒菜	迷你瑞士卷 檸檬紅茶
星期五 16-10-2020	柴魚花生粥 饅頭	蓮藕鱈魚豬骨湯 叉燒拼油雞 豉油汁 蒜茸炒菜 雪糕		

\*\*備註：

1. 如需要特別安排膳食，如：粥、素菜等，請預早通知 COH。
2. 在特別情況下，上述餐單如需修改，恕不另行通知。



陳少波

Prepared by :

Cook I/C

Checked by :

COH

**Distribution:**

P, AP(D&P), BMO, EMO, HOH(W), HOH(SL), HOH(S)

Admin Block, Teachers Block, HM Office, Kitchen(2), Dormitory Notice Board(3), Dining Hall Notice Board(1 Enlarge