

# 香港航海學校

每週菜譜 : 2020 年 11 月 9 日 至 11 月 15 日

	早餐	午餐	晚餐	茶餐
星期一 9-11-2020	炸菜雞絲通粉 菠蘿包 好立克	紅蘿蔔粟米豬骨湯 鹹魚雞粒炒飯 星洲炒米 蒜茸炒菜 生果	紅蘿蔔粟米豬骨湯 白汁粟米肉粒 魚香茄子 蒜茸炒菜	藍莓仔寶蛋糕 蜜桃紅茶
星期二 10-11-2020	柴魚花生粥 臘腸包	紫菜肉碎蛋花湯 羅漢滑雞 青瓜雲耳炒肉片 蒜茸炒菜 生果	夏枯草 蒜蓉雞扒拼腸仔 蒜蓉汁黑椒汁 蒜茸炒菜	迷你瑞士卷 提子汁
星期三 11-11-2020	雪菜火鴨絲湯米 雞尾包 阿華田	腐竹白果雞蛋糖水 紅腸餐肉雞粒炒飯 鹹肉炒粗麵 蒜茸炒菜 生果	粉葛赤小豆豬骨湯 回鍋肉 紅燒班球 蒜茸炒菜	軟蛋糕 荔枝紅茶
星期四 12-11-2020	雜錦炒銀針粉 鹹牛肉包 好立克	蕃茄薯仔豬骨湯 鳳梨咕嚕肉 蘿蔔炆魚鬆 蒜茸炒菜 生果	蕃茄薯仔豬骨湯 中式牛柳 中式汁 蒜茸炒菜	雪芳蛋糕 解茶
星期五 13-11-2020	魚蛋魚片米線 吞拿魚包 朱古力	冬瓜薏米煲老鴨 椰汁咖喱牛腩 梅菜蒸鯪魚 蒜茸炒菜 啫喱		

\*\*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。

Prepared by :

  
陳少波

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)