

香港航海學校

每週菜譜：2022年1月10日至1月16日

	早餐	午餐	晚餐	茶餐
星期一 10-1-2022	榨菜肉絲通粉 墨西哥包 阿華田	木瓜雪耳花生豬骨湯 咸魚雞粒炒飯 白菌雞絲燴意粉 蒜茸炒菜 生果	木瓜雪耳花生豬骨湯 豉汁蒸鳳爪排骨 魚香肉絲燴茄子 蒜茸炒菜	雪芳蛋糕 檸紅茶
星期二 11-1-2022	皮蛋瘦肉粥 腸仔包	番薯芋頭糖水 椰汁咖哩雞 蘿蔔炆臘肉 蒜茸炒菜 生果	粟米忌廉湯 牛扒拼腸仔 黑椒汁 蒜茸炒菜	軟蛋糕 荔枝紅茶
星期三 12-1-2022	肉丸湯米 鹹牛肉包 美祿	蓮藕鯉魚豬骨湯 瑤柱蝦米雞粒炒飯 肉絲炒麵 蒜茸炒菜 生果	蓮藕鯉魚豬骨湯 鳳梨咕嚕肉 粉絲蝦米蒸水蛋 蒜茸炒菜	藍莓孖寶蛋 糕 綠茶
星期四 13-1-2022	三絲炒油麵 吞拿魚包 好立克	金銀菜豬骨湯 羅漢滑雞 西芹炒豬頸肉 蒜茸炒菜 生果	金銀菜豬骨湯 豉油雞腩 豉油汁 蒜茸炒菜	班戟 檸檬紅茶
星期五 14-1-2022	香辣肉粒公仔麵 芝士火腿包 朱古力	沙葛牛蒡扁豆豬骨湯 臘味蒸飯 豉油汁 蒜茸炒菜 生果		

**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 :


Cook I/C

Checked by :


COH