

香港航海學校
每週菜譜 : 2022 年 11 月 7 日至 11 月 13 日

	早餐	餐具	午餐	餐具	晚餐	餐具	茶餐
星期一 7-11-2022	榨菜肉絲通粉 牛角包 阿華田	叉羹	老黃瓜扁豆赤小豆豬 骨湯 鹹魚雞粒炒飯 豉椒肉片河 蒜茸炒菜 生果	筷子 中羹	紫菜肉碎蛋花湯 炸鳳爪蒸排骨 蕃茄炒滑蛋 蒜茸炒菜	叉羹	班戟 柑桔蜜
星期二 8-11-2022	魚片魚蛋檬粉 菠蘿包 好立克	筷子 中羹	粉葛赤小豆豬骨湯 咖哩蘿白牛腩 西芹炒豬頸肉 蒜茸炒菜 生果	叉羹	羅宋湯 豬扒拼腸仔 洋蔥汁 蒜茸炒菜	刀 叉羹	提子酥 荔枝紅茶
星期三 9-11-2022	皮蛋瘦肉粥 菜肉包	筷子 中羹	節瓜清補涼豬骨湯 火腿鹹肉菜炒飯 肉絲炒麵 蒜茸炒菜 生果	筷子 中羹	蕃茄薯仔南瓜湯 滑蛋粟米肉粒 麻婆豆腐 蒜茸炒菜	叉羹	雪芳蛋糕 菠蘿玉露
星期四 10-11-2022	蘿蔔魚蛋油麵 叉燒包 美祿	筷子 中羹	紅蘿蔔合掌瓜豬骨湯 蓮藕炆腩肉 青瓜雲耳炒雞柳 蒜茸炒菜 生果	叉羹	白菌忌廉湯 黑椒牛扒拼中翼 黑椒汁 蒜茸炒菜	刀 叉羹	莉萊蛋糕 檸紅茶
星期五 11-11-2022	雪菜火鴨絲湯 米 饅頭 朱古力	筷子 中羹	蓮藕鱈魚豬骨湯 燒腩拼雞翼 豉油汁 蒜茸炒菜 生果	筷子 中羹			

**備註：

1. 如需要特別安排膳食，如：粥、素菜等，請預早通知 CO。
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 :


CO