



伊利沙伯中學舊生會小學
「在校免費午膳計劃」2022年5月份午膳訂購表格

小一至小二的卡路里約 533 至 633
小三至小六的卡路里約 633 至 800
中學生及老師的卡路里約 750 至 900

| 日期 | 星期 | V 款 (素食餐) | C 款 (精選餐) |
|----|----|----------------------|------------------------|
| 3 | 二 | 日式素魚豆腐配燕麥飯(紹菜) | 中式蜜汁牛肉配燕麥飯(木瓜) |
| 4 | 三 | 意式百頁豆腐飯(南瓜) | 日式烤豬柳配白飯(粟米) |
| 5 | 四 | 素熱狗包 配香草紅腰豆三色意粉(椰菜) | 香草白菌肉粒配意粉(粟米) |
| 6 | 五 | 什菌枝竹配金粟飯(蘿蔔) | 野菌雞皇配白飯(椰菜) |
| 10 | 二 | 芝味野菜百頁豆腐配紫紅米飯(粟米) | 台式肉燥(豬)配白飯(合掌瓜) |
| 11 | 三 | 意式素肉丸配三色意粉(南瓜) | 蜜味雞皇配白飯(南瓜) |
| 12 | 四 | 黃薑什菌炊飯(粟米) | 香濃蘑菇雞柳(可能含微骨)配糙米飯(合掌瓜) |
| 13 | 五 | 萵筍什菌枝竹配金粟飯(南瓜) | 和風洋蔥烤豬柳配白飯(椰菜) |
| 16 | 一 | 蒜香餐包配野菌雞心豆意粉(椰菜) | 咖喱薯仔雞皇配白飯(南瓜) |
| 17 | 二 | 昆布芋絲枝竹配燕麥飯(紹菜) | 鮮茄洋蔥豬柳配白飯(木瓜) |
| 18 | 三 | 蘑菇汁野菜什錦配紅米飯(南瓜) | 烤蒜香洋蔥肉餅配白飯(紹菜) |
| 19 | 四 | 粟米汁雞心豆素菜餃 配粟米飯(南瓜) | 夏威夷汁肉片配粟米飯(木瓜) |
| 20 | 五 | 芝士玉子包配拿坡里素火腿什錦意粉(椰菜) | 蕃茄雞皇配白飯(椰菜) |
| 23 | 一 | 番茄汁雞心豆配通粉(椰菜) | 香濃蘑菇汁牛肉配紅米飯(粟米) |
| 24 | 二 | 羅漢上素枝竹配有營飯(紹菜) | 洋蔥薯仔肉片配有營飯(合掌瓜) |
| 25 | 三 | 萵筍什錦炒白豆乾配紅米飯(蘿蔔) | 香菇蒜香雞配海南味飯(椰菜) |
| 26 | 四 | 日式素雞扒滷蛋飯(蘿蔔) | 芝味魚柳(可能含微骨)配白飯(粟米) |
| 27 | 五 | 西芹素八寶配金粟飯(西芹) | 黑椒蘑菇雞皇配白飯 |
| 30 | 一 | 素燒賣配香草什菌雞心豆意粉(紹菜) | 粟米汁魚柳(可能含微骨)配糙米飯(粟米) |
| 31 | 二 | 牛肝菌汁素菜餃配糙米飯(椰菜) | 碳燒牛肉粒配糙米飯(紹菜) |

符合資格參與「在校免費午膳計劃」的學生不用付款

飯盒價錢每天\$27 (共20天) 合共:\$540

注意事項:

1. 必須全月訂購, 不設散訂。
2. 請學生自備保溫袋攜回家中享用, 為保持良好食品品質, 飯盒必須於放學後1.5小時內加熱才可食用。

活力午餐查詢熱線:29440466 *服務時間為上課日 上午9時至下午5時

: 此款食物含花生, 若對花生有敏感人士請勿選擇此款

: 此款食物含蠶豆, 若有葡萄糖一六磷酸鹽脫氫酶缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選

成份及其製品提示 : 甲殼類動物 : 蛋類 : 奶類 : 木本堅果

: 芝麻 : 蕃茄 : 菇菌類 : 辣 : 非油炸