



聖保羅書院小學

2020年9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

升小二至小六學生適用

請選擇餐款，將英文字母填在下面空格內。如欠選擇餐款，則當作全部選擇「D」餐，不另行通知。

日期	星期	選擇	A (素餐)	B (有營養)	C (精選餐)	D (特色餐)	星期
1/9 開學日							
2	三		蜜汁素叉燒 配 粟米飯 (粟米)	巴黎汁牛肉粒 配 燕麥飯 (南瓜)	沙爹芝士腸拼雞翼 配 白飯	生煎包拼燒賣 配 雪菜肉絲米線	
3	四		香芋包拼素珍珠雞 配 八寶通心米粉	夏威夷汁烤魚柳 配 紅米飯 (木瓜)	香草肉片通心米粉	車打芝士雞皇飯 配 蒸水蛋 (粟米)	
4	五		西班牙野菜白飯 配 蒸水蛋 (南瓜)	蜜桃汁肉片 配 金粟飯 (南瓜)	蜜椒魚肉卷拼雞皇飯	日式牛肉扭紋包 配 野菌牛肉麥皮麵 (椰菜)	
7/9 立法會選舉翌日							
8	二		拿坡里汁燴素菜餃 配 紅米飯 (南瓜)	菠蘿汁牛肉 配 金粟飯 (木瓜)	和風洋蔥肉片飯	素珍珠雞 配 咖喱雞肉通心米粉 (椰菜)	時果
9	三		意式素肉丸飯 配 蒸水蛋	卡邦尼雞皇 配 燕麥飯 (翠玉瓜)	肉醬 (牛) 芝士腸濃茄炊飯	日式餃子 配 豬肉燻烏冬	
10	四		素PIZZA摺包 配 香草雞心豆意粉 (椰菜)	拿坡里牛肉 配 糙米飯 (南瓜)	葡汁雞皇拼什錦意粉	烤蒜香薯仔肉餅飯 配 蒸水蛋 (紹菜)	
11	五		日式野菜拼雞蛋 配 粟米飯 (椰菜)	四式芝士烤魚柳 配 紅米飯 (木瓜)	黑椒蘑菇雞皇飯	意式牛肉醬摺包 配 香草牛肉意粉 (椰菜)	
14	一		(素)羅漢上素枝竹 配 糙米飯 (紹菜)	西式牛肉 配 有營飯 (南瓜)	和風昆布雞皇飯	粟米汁配菠菜豬肉餃通粉 (粟米)	
15	二		芝士玉子包 配 五日飯糰拼三重芝士燴薯菜	夏威夷牛肉 配 意粉 (粟米)	四式芝士雞球飯	和風豬肉燥拼雞蛋 配 燕麥飯 (椰菜)	時果
16	三		拿坡里素腸麥皮麵 配 香蒜餐包	西班牙肉片 配 糙米飯 (木瓜)	沙茶牛丸拼牛肉飯	BBQ漢堡扒包 配 芝士雞翼麥皮麵	
17	四		素菜餡餅 配 車打什菌紅腰豆通心米粉 (椰菜)	奶香白汁肉片 配 金粟飯 (椰菜)	芝士肉醬 (牛) 通心米粉	野菌雞皇飯 配 蒸水蛋 (粟米)	
18/9 水運會							
21	一		(素)香菇豆皮結 配 香菇飯 (紹菜)	芝味雞皇 配 紅米飯 (木瓜)	西班牙肉片飯	野菜飯糰 配 番茄汁牛肉三色意粉 (椰菜)	
22	二		西茄炒蛋 配 糙米飯 (南瓜)	沙薑雞皇 配 金粟飯 (紹菜)	日式香菇肉餅扒 (雞及豬) 飯	咖喱什菜牛肉餡餅 配 肉醬 (牛) 意粉 (粟米)	時果
23	三		雲耳素枝竹 配 紫紅米飯 (椰菜)	蒜香蜜汁牛肉 配 粟米飯 (粟米)	黑椒蘑菇雞扒拼肉丸飯	日式肉粒扭紋包 配 番茄豬肉碎米線 (椰菜)	
24	四		蜜汁素魚豆腐飯 配 蒸水蛋	巴黎汁魚柳 配 紅米飯 (椰菜)	BBQ漢堡扒拼雞皇意粉	素珍珠雞拼香芋生煎包 配 雪菜肉絲烏冬	
25/9 小一面試日							
28	一		(素)西班牙白豆豆腐 配 金粟飯 (木瓜)	粟米雞球 配 糙米飯 (合掌瓜)	糯米雞 (合豬及雞)	日式雞肉飯糰 配 肉醬 (牛) 意粉 (椰菜)	
29	二		番茄汁芙蓉蛋 配 有營飯 (木瓜)	四式芝士汁雞皇 配 紅米飯 (椰菜)	和風茄汁粟米豬肉扒飯	千島熱狗 配 五香碎牛米線	時果
30	三		甜粟燴素菜餃 配 粟米亞麻籽飯 (紹菜)	牛肝菌汁牛肉粒 配 燕麥飯 (合掌瓜)	意式肉粒拼漢堡扒飯	素菜餡餅 配 香草雞皇烏冬 (椰菜)	
請將此表格連同收據於 7月4 日 (星期六) 或之前交回班主任			成份及其製品提示: :甲殼類動物 :蛋類 :奶類 :蕃茄 :菇菌類 :辣 :非油炸 :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, 若有葡萄糖一六一磷酸鹽脫氫酶缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款				
注意事項: [1] 本月份缺席款項將於隔月餐單扣回 [2] 退飯安排: 學生如需要取消當天之午膳服務, 家長請於當天早上8:00 - 10:00 期間致電本公司登記。(逾時將不獲處理) 活力午餐查詢熱線: 21477063 *服務時間為上課日 上午8時至下午5時			繳費資料附設於餐單背頁, 請依據「本月應繳費用」繳費				