



香港青年協會 青樂幼稚園 (油麻地) 青樂幼兒園 (油麻地)

2018 年 12 月份餐單



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	粟米片/ 蜜糖星星圈 牛奶	菜心瘦肉貝殼粉	焗蛋 牛奶	紹菜牛肉拉麵	扭紋餐包 牛奶	粟米片 牛奶
水果	火龍果	香蕉	豐水梨	橙	奇異金果	蘋果
午餐	燕麥雞蛋蒸肉碎 小唐菜 紅米飯 紅菜頭粟米洋蔥 腰果湯	蕃茄薯腐竹雞蛋 煮瘦肉 炒菜心 白米飯 雜豆素菜湯 (合桃、腰果、花豆、 紅腰豆、三角豆、蜜 棗、紅蘿蔔湯)	茄汁雞脾 焗薯仔 紅菜頭蕃茄 蘋果粟米 西芹瘦肉湯	肉碎炒四季豆 蒸蛋 糙米飯 核桃粟米海底椰 茨實紅蘿蔔 南北杏 瘦肉湯	三文魚紅蘿蔔 洋蔥 雞蛋炒飯 炒西蘭花 紅米飯 木瓜百合白蓮子 無花果雲耳黑木 耳瘦肉湯	蕃茄雞肉 通粉 清水
茶點	芝麻糊 芝麻手指餐包	海綿蛋糕 加鈣低糖豆奶 (鈣思寶)	茄子肉碎 炆米粉	牛油麥方包 豆漿	南瓜小米瘦肉粥	
延展	香蕉	豐水梨	蘋果	橙	蘋果	

