SAILING BOAT CATERING GROUP LIMITED
帆 船 飲 食 集 團 有 限 公 司
SINCE 1980

聖公會聖米迦勒小學

2023年10月份午膳訂購表

客戶服務部 查詢電話: 2470-9015 (9:00-18:00)

日期	星期	附送	N 款	卡路里	A 款	卡路里	B 款	卡路里	C 款	卡路里
03/10	二	原個水果	粟米白汁素肉粒飯	587	馬蹄蒸肉餅藜麥飯	692	匈牙利牛肉醬三色粉	664	三杯雜菌雞扒米線	639
04/10	三		墨西哥腰豆蛋包糙米飯	659	南瓜白汁魚柳直尖粉	594	泰式雞柳炒米粉	623	瑞典蘑菇汁豬扒飯	567
05/10	四	原個水果	日式茶碗蒸配野菜素百葉米線	696	洋蔥汁雞粒雜穀飯	666	芝士白汁吞拿魚貝殼粉	558	甜咖哩豬柳條飯	626
06/10	五		蒲燒素魚扒粟米飯	617	野菜牛肉片飯	660	田園蛋堡豬柳漢堡扭扭粉(碗)	671	糯米雞配燒賣	613
09/10	一		時菜素雞柳拌米粉	561	紅燒茄子魚柳雜穀飯	533	蒜蓉汁豬扒飯	655	葡汁雞粒通粉	612
10/10	二	原個水果	三杯雜菌百頁鹵蛋米線	581	夏威夷菠蘿豬柳赤米飯	682	魚蓉蒸滑蛋珍珠飯	561	香烤雞扒全麥麭, 迷你腸, 粟米段	670
11/10	三		節瓜粉絲豆腐乾菜飯	574	蜜汁雞中翼飯	677	美式免治牛肉醬貝殼粉	667	豬肉飯糰,蒜香肉絲撈麵	749
12/10	四	原個水果	蕃茄豆腐飯	586	高纖藜麥蒸肉餅糙米飯	632	卡邦尼吞拿魚螺絲粉	686	黑椒雞柳烏冬(少辣)	653
13/10	五		素菜包配香菇三絲炆麵	585	野菜牛肉片甘筍飯(碗)	660	白菌汁豬柳長通粉	633	蜜味香烤雞髀飯	876
16/10	一		鮮茄雜菌素肉醬藜麥飯	535	板燒雞扒珍珠飯 (碗)	647	葡汁雜菜魚柳貝殼粉	595	台式肉燥鹵蛋米粉	664
17/10	二	原個水果	南瓜汁豆蓉蛋堡通粉	592	北菇蒸雞柳糙米飯	576	墨西哥腰豆牛肉醬飯	697	紅燒時菜豬柳條上海麵	626
18/10	三		咖哩薯仔素扒扭扭粉	585	炙燒鯛魚豚肉雜穀珍珠飯(碗)	677	黑椒魚餅豬柳漢堡飯(少辣)	698	糯米雞配生煎包	580
19/10	四	原個水果	雙菇百葉豆腐伊麵	553	和風野菜豚肉片粟米飯	677	葡汁雞皇飯	612	香濃茄醬牛肉片滑蛋三色粉(碗)	597
20/10	五		翠塘鮮蔬蒸蛋白赤米飯	518	香蔥豬扒上海麵	604	青醬什錦海鮮飯	580	雞肉飯糰,香烤雞髀,時菜	709
24/10	二	原個水果	甜酸咕嚕素肉粒甘筍飯	682	麻婆豆腐豬柳飯	632	沙爹牛肉片撈米粉	632	香烤雞球螺絲粉	649
25/10	三		葡汁四蔬素百葉直尖粉	574	中式粟米滑蛋魚柳赤米飯	688	洋蔥雞扒飯	612	生煎包蒸配野菜豬肉絲烏冬	785
26/10	四	原個水果	鮮茄薯粒配素扒全麥麭	632	百頁豆腐肉末蒸滑蛋雜穀飯	654	意式牛肉醬通粉	664	瑞士雞中翼飯	676
27/10	五		泰式豆腐乾鹵蛋撈麵	682	金瓜蒸肉餅菜飯	633	蕃茄羅勒吞拿魚貝殼粉	611	醬燒雞扒蓋飯(碗)	676
30/10	一		意式素肉醬扭扭粉	591	白菌白汁魚柳藜麥飯	616	咖哩南瓜豬柳條飯	676	上海雞柳粗炒	662
31/10	二	原個水果	野菌素雞柳伊麵	529	蟲草花冬菇蒸雞糙米飯	585	美式免治牛肉醬飯	694	豬柳漢堡全麥麭. 迷你腸, 粟米段	607