



帆船美膳制作有限公司
SAILING BOAT LUNCHEON PRODUCTION LIMITED

聖公會聖米迦勒小學
2025年10月份午膳訂購表

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	G 款 【需附加餐費】
02/10	四		家常雙菇扒豆腐雜穀飯	501	洋蔥豬扒飯	639	蕃茄自家製雞肉丸拌米線	632	匈牙利牛肉片三色粉	609	鮮製湯點：南瓜蓉粟米湯, 配蒜蓉包, 司華力腸
03/10	五	原個水果	低脂蘑菇白汁素百葉貝殼粉	502	南瓜蒸豬肉餅紅米飯	671	豬肉醬意粉 拼 脆脆蝦(非油炸)	738	雞肉飯糰,雞脾,甜薯	611	英倫全餐：楓糖熱香餅, 蛋堡, 豬柳漢堡扒,英式鬆餅, 茄汁薯粒焗豆
08/10	三	原個水果	素魚塊配韓式什菜拌麵	551	南瓜蒸雞球藜麥飯	576	台式豬肉燥烩蛋飯	581	豬柳漢堡包,茄汁螺絲粉	674	港式美食：足料碗仔翅 配叉燒包,魚肉燒賣
09/10	四		田園雜菜素百葉三色粉	616	低脂芝士雞球糙米飯	642	和風牛肉片大碗飯	641	低脂咖哩薯粒豬柳撈麵	667	滋味焗飯：鮮茄菠蘿芝士焗豬扒飯
10/10	五	原個水果	素菜包配香菇素肉丸米線	663	拿破崙吞拿魚粟米飯	625	香濃粟米豬肉粒意粉	669	黑椒雞脾飯(微辣)	834	便當盛盒：日式照燒厚切牛肉漢堡
13/10	一	原個水果	低脂甜咖哩蛋白雜穀飯	638	低脂卡邦尼白汁豬肉片飯	669	泰式豬肉絲粟米魚餅炒米粉	624	意式蕃茄雞球螺絲粉	655	港式美食：廣東三寶飯(自家製叉燒,紅腸,鹵水蛋)
14/10	二		墨西哥腰豆薯粒,素扒包,時菜	691	羅勒香草番茄豬柳粟米飯	669	蕃茄炒蛋三文魚鬆飯	460	糯米雞配魚蛋	511	滋味焗飯：馬來沙爹椰香焗雞扒飯
15/10	三	原個水果	家鄉翡翠冬瓜素肉粒紅米飯	501	蟲草花杞子蒸自家雞肉丸飯	632	粟米汁魚柳三色粉	625	芋絲牛肉片米線	653	便當盛盒：咖哩吉列豬扒 (非油炸)
16/10	四		茶碗蒸蛋配野菜素百葉烏冬	565	馬蹄蒸豬肉餅粟米飯	671	低脂泰式紅咖哩雞球飯	643	日式輕食便當(蕃茄意粉,煎餃子,枝豆)	671	鮮製湯點：南瓜蓉粟米湯 配芝麻烤豬扒包, 焗雞塊
17/10	五	原個水果	沙爹素魚塊米粉	687	洋蔥牛肉片 藜麥飯	641	瑞士雞脾飯	834	全麥豬扒包, 西西里蕃茄豬肉醬薯粒	453	英倫全餐：楓糖熱香餅, 蛋堡, 豬柳漢堡扒,英式鬆餅, 茄汁薯粒焗豆
20/10	一	原個水果	低脂芝士汁素百葉撈烏冬	573	低脂日式甜咖哩親子雞粒蛋蓋飯	643	瑞典蘑菇汁自家製豬肉丸粟米飯	632	匈牙利牛肉醬螺絲粉	638	便當盛盒：日式照燒厚切牛肉漢堡
21/10	二		野菜煎素扒糙米飯	685	蜜味雞中翼飯	677	低脂南瓜白汁豬肉粒意粉	626	豬肉飯糰配野菜豚肉片拌麵	724	港式美食：足料碗仔翅 配叉燒包,魚肉燒賣
22/10	三	原個水果	鮮茄蘑菇蛋堡大碗螺絲粉	595	冬菇蒸雞球藜麥飯	576	野菜牛肉飯	670	全麥豬扒包,配甜薯,時菜	453	滋味焗飯：葡汁焗海鮮飯
23/10	四		和風枝豆甘菊蒸蛋紅米飯	440	低脂南亞咖哩豬扒飯	639	西西里蕃茄魚柳通粉	574	韓式雜菜雞柳菠菜麵	620	日式料理：雞錦豬骨湯拉麵 (腐皮福袋,鳴門卷,獅子狗,蟹柳,烔蛋)
24/10	五	原個水果	五彩素肉丸雜穀飯	625	板燒雞脾飯	834	黑椒豬柳螺絲粉(微辣)	588	日式輕食便當(三角豬肉飯糰,豬肉煎包,章魚小丸子)	674	港式美食：香濃茄醬牛肉片湯通粉 配扭紋包
27/10	一	原個水果	台式素肉燥烩蛋米粉	583	野菌汁雞柳飯	642	日式豚肉大碗藜麥飯	660	意式香草牛肉醬意粉	638	便當盛盒：牛肉壽喜燒 配咖哩雜菜
28/10	二		黑椒素扒直尖粉(微辣)	685	沙爹薯粒牛肉片粟米飯	670	燒汁豬柳漢堡雞肉腸飯	721	糯米雞配生煎包	631	滋味焗飯：芝士西蘭花焗雞皇飯
30/10	四		怡香茄子扒豆腐紅米飯	557	低脂葡國豬扒飯	615	低脂羅勒青醬什錦海鮮貝殼粉	554	茶碗蒸蛋配野菜雞柳烏冬	662	日式料理：雙色多利亞拌飯(芝士肉醬, 白汁雞粒)
31/10	五	原個水果	美式薯粒素肉醬 配 小全麥包	616	家鄉榨菜蒸豬肉餅糙米飯	681	鹵水雞脾飯	834	蕃茄牛肉片撈通粉	664	港式美食：麻醬手撕雞腸粉, 大魚蛋