

(P1-P3) 2025年11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】
03/11	一	原個水果	燕麥南瓜蒸蛋藜麥飯	440	蜜味豬柳飯	655	鮮茄什菌雞球米線	533	低脂愛爾蘭白汁魚柳通粉	566	法式經典：煙鴨胸司華力腸拌意粉
04/11	二		沙爹素魚塊糙米飯	687	夏威夷菠蘿豬柳飯	667	輕食便當：蕃茄意粉,美式腸,焗雞塊	671	泰式雞絲粟米魚餅炒米粉	624	滋味焗飯：鮮茄菠蘿芝士焗豬扒飯
05/11	三	原個水果	茄子素肉粒米粉	557	蜜桃雞柳飯	645	紅藜麥蒸豬肉餅雞穀飯	671	豬肉飯糰 配 焗薯角, 黃金雞件(非油炸)	620	小食特餐：家鄉蘑菇飯 配 焗薯角, 黃金雞件(非油炸)
06/11	四		田園雜菜素百葉三色粉	616	低脂芝士雞球紅米飯	642	和風牛肉片飯	641	低脂咖哩薯粒豬柳撈麵	667	台式便當：古早味肉燥飯 (配花枝丸,台灣腸, 鹵蛋)【需附加餐費】
07/11	五	原個水果	素飯糰配香菇素肉丸米線	663	香濃粟米豬肉粒飯	669	拿破崙吞拿魚粟米飯	625	雞肉飯糰,雞脾,甜薯	611	便當盛盒：照燒雞扒 (配餃子+鯛魚燒)【需附加餐費】
10/11	一	原個水果	野菜素百葉烏冬	561	低脂卡邦尼白汁豬肉片飯	669	低脂葡汁雞柳藜麥飯	582	意式香草牛肉醬意粉	638	滋味焗飯：馬來沙爹椰香焗雞扒飯
11/11	二		素魚塊配韓式什菜拌麵	551	南瓜蒸雞柳糙米飯	576	台式豬肉焗烩蛋飯	581	豬柳漢堡包,茄汁螺絲粉	674	日式料理：黃金雞件 配鮭魚鬆拌飯
12/11	三	原個水果	家鄉翡翠冬瓜素肉粒紅米飯	501	蟲草花杞子蒸雞球飯	632	粟米汁魚柳三色粉	625	時菜冬菇牛肉片拌麵	635	日式料理：雙色多利亞拌飯 (芝士肉醬, 白汁雞粒)
19/11	三	原個水果	低脂芝士汁素百葉撈烏冬	573	低脂葡汁雞柳藜麥飯	582	低脂愛爾蘭白汁魚柳飯	625	蕃茄豚肉片蛋包撈通粉	662	港式美食：足料碗仔翅 配小食拼盤(魚蛋,燒賣,腸粉)
20/11	四		怡香茄子扒豆腐紅米飯	557	鮮茄雞柳撈烏冬	533	低脂羅勒青醬什錦海鮮飯	554	港式黑椒牛肉片拌意粉(微辣)	515	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
21/11	五	原個水果	五彩素肉丸粟米飯	625	蜜桃汁豬柳螺絲粉	667	日式輕食便當(三角豬肉飯糰,豬肉煎包,粟米段,竹輪)	674	板燒雞脾飯	834	滋味焗飯：卡邦尼芝士煙肉雞球焗意粉
24/11	一	原個水果	和風枝豆甘菊蒸蛋藜麥飯	440	低脂南亞咖哩豬扒飯	639	西西里蕃茄吞拿魚通粉	556	韓式雜菜雞柳菠菜麵	620	滋味焗飯：葡汁焗海鮮飯
25/11	二		黑椒素扒直尖粉(微辣)	685	沙爹薯粒牛肉片拌麵	670	燒汁豬柳漢堡雞肉腸飯	721	低脂粟米白汁豬肉粒糙米飯	669	港式美食：香濃茄醬牛肉片湯通粉 配扭紋包
26/11	三	原個水果	鮮茄蘑菇蛋包螺絲粉	595	冬菇雞球雞穀飯	576	日式洋蔥豚肉飯	660	全麥豬扒包,配甜薯,時菜	453	滋味焗飯：鮮茄菠蘿芝士焗豬扒飯
27/11	四		粟米滑蛋扒豆腐糙米飯	531	夏威夷菠蘿雞柳飯	640	低脂芝士蘑菇吞拿魚直尖粉	625	茶碗蒸蛋配野菜豚肉片烏冬	662	鮮製湯點：南瓜蓉粟米湯 配芝麻烤豬扒包, 焗雞塊



(P4-P6) 2025年11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】
03/11	一	原個水果	燕麥南瓜蒸蛋藜麥飯	440	蜜味豬柳飯	655	鮮茄什菌雞球米線	533	低脂愛爾蘭白汁魚柳通粉	566	法式經典：煙鴨胸司華力腸拌意粉
04/11	二		沙爹素魚塊糙米飯	687	夏威夷菠蘿豬柳飯	667	輕食便當：蕃茄意粉,美式腸,焗雞塊	671	泰式雞絲粟米魚餅炒米粉	624	滋味焗飯：鮮茄菠蘿芝士焗豬扒飯
06/11	四		田園雜菜素百葉三色粉	616	低脂芝士雞球紅米飯	642	和風牛肉片飯	641	低脂咖喱薯粒豬柳撈麵	667	台式便當：古早味肉燥飯 (配花枝丸,台灣腸, 鹵蛋)
07/11	五	原個水果	素飯糰配香菇素肉丸米線	663	香濃粟米豬肉粒飯	669	拿破崙吞拿魚粟米飯	625	雞肉飯糰,雞脾,甜薯	611	便當盛盒：照燒雞扒 (配餃子+鯛魚塊)
10/11	一	原個水果	野菜素百葉烏冬	561	低脂卡邦尼白汁豬肉片飯	669	低脂葡汁雞柳藜麥飯	582	意式香草牛肉醬意粉	638	滋味焗飯：馬來沙爹椰香焗雞扒飯
11/11	二		素魚塊配韓式什菜拌麵	551	南瓜蒸雞柳糙米飯	576	台式豬肉燥烩蛋飯	581	豬柳漢堡包,茄汁螺絲粉	674	日式料理：黃金雞件 配鮭魚鬆拌飯
12/11	三	原個水果	家鄉翡翠冬瓜素肉粒紅米飯	501	蟲草花杞子蒸雞球飯	632	粟米汁魚柳三色粉	625	時菜冬菇牛肉片拌麵	635	日式料理：雙色多利亞拌飯 (芝士肉醬, 白汁雞粒)
19/11	三	原個水果	低脂芝士汁素百葉撈烏冬	573	低脂葡汁雞柳藜麥飯	582	低脂愛爾蘭白汁魚柳飯	625	蕃茄豚肉片蛋包撈通粉	662	港式美食：足料碗仔翅 配小食拼盤 (魚蛋,燒賣,腸粉)
20/11	四		怡香茄子扒豆腐紅米飯	557	鮮茄雞柳撈烏冬	533	低脂羅勒青醬什錦海鮮飯	554	港式黑椒牛肉片拌意粉(微辣)	515	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
21/11	五	原個水果	五彩素肉丸粟米飯	625	蜜桃汁豬柳螺絲粉	667	日式輕食便當(三角豬肉飯糰,豬肉煎包,粟米段,竹輪)	674	板燒雞脾飯	834	滋味焗飯：卡邦尼芝士煙肉雞球焗意粉
24/11	一	原個水果	和風枝豆甘荀蒸蛋藜麥飯	440	低脂南亞咖喱豬扒飯	639	西西里蕃茄吞拿魚通粉	556	韓式雜菜雞柳菠菜麵	620	滋味焗飯：葡汁焗海鮮飯
25/11	二		黑椒素扒直尖粉(微辣)	685	沙爹薯粒牛肉片拌麵	670	燒汁豬柳漢堡雞肉腸飯	721	低脂粟米白汁豬肉粒糙米飯	669	港式美食：香濃茄醬牛肉片湯通粉 配扭紋包
26/11	三	原個水果	鮮茄蘑菇蛋包螺絲粉	595	冬菇雞球雜穀飯	576	日式洋葱豚肉飯	660	全麥豬扒包,配甜薯,時菜	453	滋味焗飯：鮮茄菠蘿芝士焗豬扒飯
27/11	四		粟米滑蛋扒豆腐糙米飯	531	夏威夷菠蘿雞柳飯	640	低脂芝士蘑菇吞拿魚直尖粉	625	茶碗蒸蛋配野菜豚肉片烏冬	662	鮮製湯點：南瓜蓉粟米湯 配芝麻烤豬扒包, 焗雞塊