

聖公會荊冕堂葵涌幼稚園

2026-2027 年度

10 月-11 月全日班餐單

第一週(9 月 28 日至 10 月 2 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一	低脂牛奶麥皮 清水	番茄洋蔥豬柳、 椰菜、藜麥飯 紅蘿蔔粟米栗子紅腰豆素湯	橙	粟米粒肉碎湯 烏冬
星期二	雞蛋三文治 低脂牛奶	甘筍魚餅炒菠菜麵 西蘭花 鮮唯山碎牛肉小米粥	提子	馬拉盞 清水
星期三	雜豆免治肉碎 螺絲粉 清水	番茄肉碎煮蛋、 娃娃菜、白飯 冬瓜粒瑤柱豆腐滾肉片湯	哈密瓜	粉葛紅蘿蔔馬蹄水 配方包
星期四		國慶日假期		
星期五	娃娃菜肉絲通心粉 清水	冬菇雲耳蒸雞粒、 白菜仔、白飯	蘋果	低脂芝士三文治 低脂牛奶

第二週(10 月 5 日至 10 月 9 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一	低脂牛奶蛋花麥片 清水	粟米粒魚柳、 菜心、藜麥飯 蘋果合桃腰果蜜棗三色豆素湯	橙	娃娃菜粒雞絲 湯米粉
星期二	低脂芝士三文治 低脂牛奶	鮮茄蘑菇牛肉配螺絲粉、 椰菜花 粟米小米粥	提子	全麥饅頭 清水
星期三	雜豆肉碎菠菜麵 清水	冬菇馬蹄粟米肉餅、 西蘭花、白飯 番茄椰菜甘筍西芹雜菜湯	香蕉	雞蛋三文治 低糖豆奶
星期四	烩蛋 清水	茄子粉絲炒肉絲 菜心、紅米飯 番茄木瓜魚湯	火龍果	蘋果雪梨無花果水 配方包
星期五	甘筍雞肉米粉 清水	雞蛋豆腐蒸瘦肉 白菜、白飯	蘋果	低脂芝士三文治 低脂牛奶

聖公會荊冕堂葵涌幼稚園
2026-2027 年度
10 月-11 月全日班餐單
第三週(10 月 12 日至 10 月 16 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一	低脂牛奶麥片 清水	椰菜甘荀雞絲烏冬 眉豆肉碎粥	橙	低脂芝士三文治 低脂牛奶
星期二	蒸饅頭 低糖豆漿	雜菜粒豆腐燴魚柳、 菜心、藜麥飯 南瓜粟子腰果蜜棗雪耳湯	提子	烩粟米 清水
星期三	烩蛋 清水	雞蛋蒸瘦肉、 西蘭花、白飯 木瓜椰子紅蘿蔔雞湯	哈密瓜	粟米蘑菇牛肉碎 小米粥
星期四	低脂芝士三文治 低脂牛奶	番茄洋蔥豬柳、 白菜、紅米飯 紫菜豆腐蛋花肉碎滾湯	火龍果	腐竹薏米低糖水 配半隻蛋 清水
星期五	菜心肉絲通心粉 清水	日式滑蛋雞、 津白、白飯	蘋果	雞蛋三文治 低脂牛奶

第四週 (10 月 19 日至 10 月 23 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一		重陽節假期		
星期二	蜜糖方包 低脂牛奶	甘荀薯仔炆雞粒、 西蘭花、藜麥飯 木瓜紅腰豆眉豆腰果素湯	提子	蒸腸粉 低糖豆漿
星期三	雞蛋粟米奄列 低脂牛奶	節瓜粉絲煮瘦肉、 白菜、白飯 椰子木瓜魚尾瘦肉湯	香蕉	雜豆肉絲通心粉 清水
星期四	烩蛋 清水	豆腐鮮菇煮瘦肉、 菜心、紅米飯 番茄蛋花豆腐肉片湯	火龍果	低脂芝士蛋 三文治 清水
星期五	菜心肉絲米粉 清水	瑞士汁雞下肚、 椰菜、白飯	蘋果	烩粟米 清水

聖公會荊冕堂葵涌幼稚園
2026-2027 年度
10 月-11 月全日班餐單
第一週(10 月 26 日- 10 月 30 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一	低脂牛奶麥皮 清水	番茄洋蔥豬柳、 椰菜、藜麥飯 紅蘿蔔粟米栗子紅腰豆素湯	橙	粟米粒肉碎湯 烏冬
星期二	雞蛋三文治 低脂牛奶	甘筍魚餅炒菠菜麵 西蘭花 鮮唯山碎牛肉小米粥	提子	馬拉盞 清水
星期三	雜豆免治肉碎 螺絲粉 清水	番茄肉碎煮蛋、 娃娃菜、白飯 冬瓜粒瑤柱豆腐滾肉片湯	哈密瓜	粉葛紅蘿蔔馬蹄水 配方包
星期四	烩蛋 水	粟米豆腐煮魚柳、 菜心、紅米飯 木瓜雪耳紅蘿蔔瘦肉魚湯	火龍果	甘筍雞絲炒米粉 清水
星期五		K1 幼班親子旅行		

第二週(11 月 2 日- 11 月 6 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一	低脂牛奶蛋花麥片 清水	粟米粒魚柳、 菜心、藜麥飯 蘋果合桃腰果蜜棗三色豆素湯	橙	娃娃菜粒雞絲 湯米粉
星期二	低脂芝士三文治 低脂牛奶	鮮茄蘑菇牛肉配螺絲粉、 椰菜花 粟米小米粥	提子	全麥饅頭 清水
星期三	雜豆肉碎菠菜麵 清水	冬菇馬蹄粟米肉餅、 西蘭花、白飯 番茄椰菜甘筍西芹雜菜湯	香蕉	雞蛋三文治 低糖豆奶
星期四	烩蛋 清水	茄子粉絲炒肉絲 菜心、紅米飯 番茄木瓜魚湯	火龍果	蘋果雪梨無花果水 配方包
星期五	甘筍雞肉米粉 清水	雞蛋豆腐蒸瘦肉 白菜、白飯	蘋果	低脂芝士三文治 低脂牛奶

聖公會荊冕堂葵涌幼稚園
2026-2027 年度
10 月-11 月全日班餐單
第三週(11 月 9 日- 11 月 13 日)

	早餐	午餐		下午茶
星期一	低脂牛奶麥片 清水	椰菜甘荀雞絲烏冬 眉豆肉碎粥	橙	低脂芝士三文治 低脂牛奶
星期二	蒸饅頭 低糖豆漿	雜菜粒豆腐燴魚柳、 菜心、藜麥飯 南瓜粟子腰果蜜棗雪耳湯	提子	烩粟米 清水
星期三	烩蛋 清水	雞蛋蒸瘦肉、 西蘭花、白飯 木瓜椰子紅蘿蔔雞湯	哈密瓜	粟米蘑菇牛肉碎 小米粥
星期四	低脂芝士三文治 低脂牛奶	番茄洋蔥豬柳、 白菜、紅米飯 紫菜豆腐蛋花肉碎滾湯	火龍果	腐竹薏米低糖水 配半隻蛋 清水
星期五		親子運動會		