



# 元朗官立小學

## 2024年4月份午膳訂購表格(小一至小五及教職員)

小一至小二的卡路里約 533 至 633  
 小三至小六的卡路里約 633 至 800  
 中學生及老師的卡路里約 750 至 900

需要收據

請將所選擇的餐款在右面的空格填滿，例: 。在每天的四款餐款中，選擇一款。請用HB鉛筆或原子筆填寫

\*\*請瀏覽學校校網查閱餐單款式：學校校網→學生園地→健康飲食在校園→學生午膳餐單

\*填寫方法：請把空格填滿 。

日期	星期	A 款 (素食餐)	B 款 (有營養)	C 款 (精選餐)	D 款 (特色餐)	是週甜品		A	B	C	D
5	五	蜜汁豆皮結配白飯(合掌瓜)	四式芝士汁魚柳(可能含微骨)配紅米飯(紹菜)	焗芝士肉醬(牛)意粉(粟米)	葡汁雞皇配白飯(合掌瓜)		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	三	素PIZZA摺包配什菌紅腰豆意粉(粟米)	香濃蘑菇雞球配燕麥飯(合掌瓜)	夏威夷汁肉片配白飯(椰菜)	意式肉醬(牛)配意粉(椰菜)	生果乾	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	四	日式野菜百頁配白飯(紹菜)	粟米汁魚柳(可能含微骨)配糙米飯(粟米)	咖喱雞球配白飯(粟米)	番茄汁配菜肉餃(豬)通粉(紹菜)		11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	五	濃茄百頁豆腐飯配蒸水蛋(紹菜)	香草雞皇配紅米飯(南瓜)	肉醬(牛)漢堡扒飯(南瓜)	四式芝士汁肉片配意粉(紹菜)		12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	一	野菌雞心豆素菜餃配米線(合掌瓜)	鮮茄洋蔥肉片配糙米飯(椰菜)	蜜糖黑椒滑雞配白飯(合掌瓜)	蒸冬菇雞絲粉卷配肉燥(豬)米線(椰菜)		15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	二	粟米汁豆皮結配白飯(木瓜)	香豬豬肉碎野菜魚餅配紅米飯(木瓜)	和風香菇雞皇什錦炊飯(木瓜)	蘑菇汁牛肉配意粉(椰菜)		16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	三	糖醋素東坡肉配燕麥飯(椰菜)	蜜桃汁肉片配白飯(合掌瓜)	香濃粟米汁焗雞扒飯(粟米)	家鄉炒米粉配菜肉包、燒賣(椰菜)	生果	17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	四	葡式百頁豆腐配白飯(紹菜)	香濃蘑菇魚柳(可能含微骨)配紅米飯(南瓜)	和風茄汁洋蔥雞皇飯(南瓜)	濃茄牛肉粒包配肉醬(牛)通心米粉(紹菜)		18	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	五	薑燒汁素雞扒配白飯(木瓜)	西茄牛肉配燕麥飯(木瓜)	中式香草雞球飯(紹菜)	沙嗲魚肉卷烏冬配餃子(紹菜)		19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	一	素八寶枝竹配糙米飯(合掌瓜)	粟米肉粒配通粉(合掌瓜)	咖喱雞球配白飯(合掌瓜)	和風牛肉飯(椰菜)		22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	二	鮮茄汁素肉片配白飯(南瓜)	蒜香蜜汁雞球配燕麥飯(南瓜)	糯米雞(豬及雞)	雪菜肉絲(豬)米線配生煎包(粟米)		23	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	三	家鄉什錦米粉配蒸什菜包(椰菜)	蘑菇汁肉片配燕麥飯(木瓜)	葡汁雞皇配白飯(椰菜)	焗芝士肉醬(牛)意粉(粟米)	生果	24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	四	香濃蘑菇野菜百頁配白飯(合掌瓜)	鮮茄汁烤魚柳(可能含微骨)配糙米飯(紹菜)	四式芝士雞球配白飯(紹菜)	香菇滑雞包配台式肉燥(豬)米線(合掌瓜)		25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	五	拿坡里素什錦意粉配提子餐包	菠蘿汁牛肉配紅米飯(木瓜)	和風滑雞配白飯(木瓜)	蜜汁焗火腿扒飯配蒸水蛋(粟米)		26	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**\* 請注意：為避免影響閣下子女午膳安排，敬請家長準時為子女訂餐，逾期訂餐，恕不接受，敬請見諒。**

請將此表格連同收據於 3 月 19 日 (星期二) 或之前交回班主任

飯盒價錢每天\$19.5 (共14天) 合共:\$273

注意事項:[1]本月份缺席款項將於隔月餐單扣回

活力午餐查詢熱線:29440466 \*服務時間為上課日 上午9時至下午5時

成份及其製品提示 :甲殼類動物 :蛋類 :奶類 :木本堅果

:芝麻 :蕃茄 :菇菌類 :辣 :非油炸

:此款食物含花生,若對花生有敏感人士請勿選擇此款

:此款食物含蠶豆,若有葡萄糖一六磷酸鹽脫氫酶缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款

繳費資料附設於餐單背頁,請依據「本月應繳費用」繳費