



元朗官立小學

2024年5月份午膳訂購表格(小一至小五及教職員適用)

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 |
|----|----|-----------------------|------------------------|----------------|-----------------------|------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 2 | 四 | 四式芝士蘑菇紅腰豆配通粉(紹菜) | 鮮茄汁烤魚柳(可能含微骨) 糙米飯(紹菜) | 香濃蘑菇汁雞球配白飯(椰菜) | 粟米汁配菜肉餃(豬)通粉(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 五 | 意式素肉丸配燕麥飯(南瓜) | 日式薑汁肉片配白飯(椰菜) | 葡汁雞扒飯(南瓜) | 炸醬(豬)魚片角配米線(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | 一 | 番茄素菜餃配通粉(木瓜) | 香草汁雞皇配紅米飯(木瓜) | 夏威夷汁肉片配白飯(椰菜) | 蘑菇雞肉飯糰 配芝士味野菜魚餅通粉(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | 二 | 日式昆布素肉配白飯(南瓜) | 西班牙肉片配糙米飯(南瓜) | 糯米雞(豬及雞) | 和風肉燥(豬)配白飯(粟米) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | 三 | 羅漢上素枝竹配白飯(合掌瓜) | 中式薯仔牛肉配紅米飯(合掌瓜) | 蒜香蜜汁雞球飯(粟米) | 意式香草肉丸意粉 配蒜蓉餐包(粟米) | 生果 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | 四 | 葡汁素雞扒配燕麥飯(紹菜) | 粟米汁魚柳(可能含微骨) 配白飯(木瓜) | 黑椒蘑菇雞皇配白飯(紹菜) | 蕃茄豬肉碎配烏冬(粟米) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 | 五 | 薑燒野菜百頁配糙米飯(紹菜) | 五彩肉片配白飯(南瓜) | 咖喱薯仔雞皇配白飯(南瓜) | 意式肉醬(牛)配意粉(紹菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | 一 | 蜜汁百頁豆腐配白飯(合掌瓜) | 菠蘿汁肉片配紅米飯(紹菜) | 卡邦尼雞皇配白飯(合掌瓜) | 番茄汁配菜肉餃(豬)通粉(紹菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | 二 | 五香冬菇豆皮結配白飯(椰菜) | 四式芝士汁牛肉配燕麥飯(椰菜) | 日式薑汁雞球配白飯(南瓜) | 番茄豬肉碎野菜魚餅配意粉(南瓜) | 生果 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | 四 | 照燒素魚扒配白飯(椰菜) | 鮮茄洋蔥肉片配糙米飯(椰菜) | 沙嗲雞皇配白飯(紹菜) | 肉醬(牛)火腿扒配扭扭粉(紹菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | 五 | 拿波里什菜紅腰豆配白飯(椰菜) | 蒜香蜜汁魚柳(可能含微骨) 配粟米飯(木瓜) | 和風雞皇配白飯(木瓜) | 蒸冬菇雞絲粉卷 配肉燥(豬)米線(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | 一 | 葡汁豆皮結配白飯(合掌瓜) | 和風肉粒配紅米飯(合掌瓜) | 意式雞皇配白飯(椰菜) | 粟米汁肉片配通粉(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21 | 二 | 冬菇炆素東坡肉配燕麥飯(椰菜) | 蘑菇汁雞球配白飯(合掌瓜) | 糯米雞(豬及雞) | 雪菜肉絲(豬)米線配生煎包(粟米) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | 三 | 素PIZZA摺包 配什菌紅腰豆意粉(粟米) | 蜜桃汁肉片配紅米飯(南瓜) | 咖喱薯仔雞皇配白飯(南瓜) | 意式肉醬(牛)配意粉(紹菜) | 生果 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | 四 | 野菌野菜百頁配白飯(木瓜) | 拿波里烤魚柳(可能含微骨) 配燕麥飯(木瓜) | 四式芝士雞球配白飯(紹菜) | 日式雞肉包 配和風豬肉燥米線(粟米) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | 五 | 濃茄野菜素雞扒配白飯(椰菜) | 西班牙肉片配糙米飯(南瓜) | 和風雞皇配白飯(南瓜) | 芝味什菌漢堡扒通心米粉 配燒賣(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 | 一 | 羅漢上素枝竹配白飯(合掌瓜) | 中式蜜汁雞肉配紅米飯(椰菜) | 日式昆布肉片配白飯(合掌瓜) | 粟米汁配菜肉餃(豬)意粉(椰菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 | 二 | 蜜汁什菌百頁豆腐配白飯(木瓜) | 西茄牛肉配燕麥飯(木瓜) | 葡汁雞皇配白飯(椰菜) | 卡邦尼野菜魚餅意粉 配提子餐包(粟米) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 | 三 | 豉油皇炒麵配麥香紅豆包(椰菜) | 野菌雞皇配紅米飯(椰菜) | 黑椒牛扒飯(南瓜) | 芝味魚肉卷烏冬配餃子(椰菜) | 生果乾 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 | 四 | 芝味什菌素芝士腸 配粟米飯(粟米) | 香濃蘑菇魚柳(可能含微骨) 配白飯(紹菜) | 瑞士汁雞下腩配白飯(粟米) | 台式肉燥(豬)豬肉丸米線(紹菜) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31 | 五 | 濃茄紅腰豆素菜餃配通粉(合掌瓜) | 五彩肉片配紅米飯(紹菜) | 蒜香蜜汁雞皇配白飯(紹菜) | 番茄豬肉碎配通粉(合掌瓜) | | <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4月22日(星期一)或之前交回班主任

飯盒價錢每天\$19.5 (共21天) 合共:\$409.5

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