

2026年9月份聖瑪大肋納學校午膳菜單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日
菜單明細		開學日	分校：蠔油粟米雞柳	免治洋葱薯仔肉碎	分校：冬瓜燴雞柳
			正校：粟米雞柳切粒		正校：雞柳切粒
			上湯煮娃娃菜	翠玉瓜	灼小菜
			白飯	白飯	白飯
				水果	
日期	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日
菜單明細	分校：香煎雞扒	分校：洋葱豬扒	分校：瑞士汁雞翼	教師節	分校：豉汁蒸排骨
	正校：雞扒切粒	正校：豬扒切粒	正校：粟米雞柳切粒		正校：馬蹄蒸肉餅
	上湯菜心	青瓜	灼椰菜		灼白菜
	白飯	白飯	白飯		白飯
		水果			
日期	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日
菜單明細	分校：滷水雞翼	分校：甜酸肉丁(瘦肉)	分校：蜜汁雞扒	分校：薯仔燜排骨	素食日
	正校：滷水香菇雞柳切粒	正校：蓮藕肉餅	正校：蜜汁雞扒切粒	正校：薯仔肉餅	素食燴麵(椰菜絲/粟米)
	萵筍絲	灼西蘭花	灼椰菜花	翠玉瓜	雞菇浸節瓜
	白飯	白飯	白飯	白飯	
		水果		水果 幼稚園：竹蔗茅根水	
日期	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日
菜單明細	分校：不辣咖喱薯仔雞	分校：鮮茄豬扒	分校：香煎雞翼	分校：南瓜排骨	椰菜粒雞粒燴飯
	正校：薯仔雞柳切粒	正校：豬扒切粒	正校：粟米雞柳切粒	正校：南瓜肉碎	
	上湯煮娃娃菜	青瓜	萵筍絲	灼白菜	蠔油香菇菜心
	白飯	白飯	白飯	白飯	
		水果		水果 幼稚園：百合雪梨糖水	
日期	9月28日	9月29日	9月30日		
菜單明細	番茄肉醬意粉	分校：紅裏香菇蒸雞	分校：照燒汁豬扒		
		正校：紅裏香菇蒸雞柳切粒	正校：豬扒切粒		
	翠玉瓜	萵筍絲	灼西蘭花		
		白飯	白飯		
		水果			

菜單根據季度更新菜式，餐點會用鹽度計控制，每天測量鹽度並記錄數據。
(飲食鹽度健康範圍：0.9%至2%)