

**香港航海學校**  
每週菜譜: 2024年1月29日至2月4日

|                  | 早餐                     | 午餐   | 晚餐                                 | 茶餐              |
|------------------|------------------------|--|------------------------------------|-----------------|
| 星期一<br>29-1-2024 | 炸菜肉絲螺絲粉<br>吞拿魚包<br>好立克 | 粉葛赤小豆豬骨湯<br>椰汁咖喱雞<br>青瓜雲耳炒雞柳<br>蒜茸炒菜<br>生果     | 番茄肉碎蛋花湯<br>咖喱海鮮炒飯<br>粗麵炒腩片<br>蒜茸炒菜 | 提子酥<br>柑桔蜜      |
| 星期二<br>30-1-2024 | 燒賣、粉果<br>叉燒包<br>柯華田    | 椰汁香芋西米糖水<br>枝竹豆腐冬瓜炆火腩<br>豉椒涼瓜炆班球<br>蒜茸炒菜<br>生果 | 粟米雪耳豆腐羹<br>牛扒拼雞下腿<br>黑椒汁<br>蒜茸炒菜   | 仔寶蛋糕<br>茉莉綠茶    |
| 星期三<br>31-1-2024 | 魚皮餃湯米線<br>菜肉包<br>美祿    | 紅蘿蔔菜乾豬湯湯<br>鳳梨咕嚕肉<br>三色蒸水蛋<br>蒜茸炒菜<br>生果       | 老黃瓜扁豆豬骨湯<br>家鄉炒飯<br>免治肉醬意粉<br>蒜茸炒菜 | 朱古力批<br>菠蘿玉露    |
| 星期四<br>1-2-2024  | 豬肉腸、餐肉<br>糯米卷<br>朱古力   | 白菌煙肉忌廉湯<br>豬扒拼法蘭克福腸<br>咖喱汁<br>蒜茸炒菜<br>生果       | 夏枯草<br>腊腸蒸滑雞<br>番茄炒滑蛋<br>蒜茸炒菜      | 朱古力超軟蛋糕<br>蜂蜜綠茶 |
| 星期五<br>2-2-2024  | 魚蛋、紅腸湯米<br>饅頭<br>好立克   | 節瓜清補涼豬骨湯<br>南乳炆豬手<br>梅菜蝦米蒸肉餅<br>蒜茸炒菜<br>生果     |                                    |                 |

\*\*備註：

1. 如需要特別安排膳食，如：粥、素菜等，請預早通知 BQA(O)O。
2. 在特別情況下，上述餐單如需修改，恕不另行通知。

Prepared by :

  
陳少波

Cook I/C

Checked by :

  
BQA(O)O