

請直接與您的用餐地點預約餐點。
 最少三(3)個工作日的提前告知。
 選擇用餐方式：堂食 或 外帶並線上社交 或 外帶

長者價錢：每餐\$4捐款
 非常感謝您的額外捐贈。
 60歲以上有註冊的長者即使資金不足
 也能獲取餐點。 **未滿60歲：\$14收費**

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
每个餐点将配有1%脂肪牛奶 餐单会随时更改, 恕不另行通知	关键词 + 维他命 C 来源 * 维他命 A 来源 < > 高钠日 ✓ 素食日			
3 蔬菜咖喱+* 每日沙拉* 糙米飯 鮮果	4 雞蛋沙拉三明治, 全麥吐司, 生菜, 番茄及洋蔥* 番茄湯 鮮果+	5 南方式雞肉湯佐秋葵+ 紅豆 糙米飯 鮮果	6 椰香咖喱鱈魚 香檸包心菜沙拉 香燴花椰菜+ 焗飯 鮮果	7 辣椒芥末豬肉+ 紅萝卜* 菠菜沙拉佐水果及堅果* 全麥餐包 鮮果
10 杏桃烤雞 雜菜+* 菠菜時蔬沙拉 焗飯 鮮果	11 薑汁牛肉煲 紅萝卜* 糙米飯 鮮果+ 	12 青醬義大利餃子佐春季時蔬+* 烤花椰菜+ 大蒜麵包 鮮果	13 雞肉沙拉佐金色葡萄乾, 生 菜, 番茄及黃瓜 檸香蘑菇意麵湯 全麥餅乾 鮮果+ 	14 烤魚佐韭蔥醬汁* 紅萝卜* 球芽甘藍+ 焗飯 鮮果
17 蟹肉棒雞蛋沙拉佐生菜 及番茄* 蔬菜湯 全麥吐司 鮮果+	18 节日大餐 < > BBQ烤雞 土豆沙拉 甜玉米 玉米鬆餅, 鮮果+ Dessert (Meet & Eat only) 	19 假日 	20 醬燉豬肉 中式時蔬 紅萝卜* 奶油大蒜飯 鮮果 	21 菠菜蘑菇千層麵* 每日沙拉* 全麥餐包 鮮果+
24 薑蒜焗豬肉 烤西蘭花+ 紅蘿蔔片* 糙米飯 鮮果 	25 西南式佐餐沙拉 西南式佐餐沙拉 紅萝卜* 焗飯 鮮果+	26 肉丸三明治佐紅醬及酸種麵包 今日湯品 菠菜時蔬沙拉* 鮮果+	27 素燴時蔬 每日沙拉+* 玉米鬆餅 鮮果 	28 雞肉帝國卷 佐黃瓜優格醬 鮮黃瓜&番茄 烤蔬菜+ 全麥皮塔麵包 鮮果