

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
<p>餐单会随时更改, 恕不另行通知</p> <p>每个餐点将配有1%脂肪牛奶</p>	<p>关键词</p> <p>+ 维他命 C 来源 * 维他命 A 来源 < > 高钠日</p>	<p>1</p> <p>墨式肉丸湯(主菜)+* 時蔬沙拉* 全麥餅乾 鮮果</p> 	<p>2</p> <p>番茄牛肉全麥筆尖面 菠菜沙拉佐水果及堅果+* 鮮果</p>	<p>3</p> <p>全麥鮭魚沙拉三明治 土豆起司湯+* 什錦蔬菜沙拉* 鮮果</p>
<p>6</p> <p>火雞肉漢堡佐全麥包+ 田園沙拉* 鮮果</p>	<p>7</p> <p>西蘭花及花椰菜燴牛肉+ 四季豆 糙米飯 鮮果</p>	<p>8</p> <p>鱈魚佐番茄醬汁及菠菜+* 紅蘿蔔湯* 全麥餐包 鮮果</p>	<p>9</p> <p>杏桃烤雞 蔬菜湯 四季豆* 糙米飯 鮮果+</p> 	<p>10</p> <p>菠菜千層麵+ 時蔬沙拉* 全麥餐包 鮮果</p>
<p>13</p> <p>甜酸豬肉 西兰花+ 四季豆* 糙米飯 鮮果</p> 	<p>14</p> <p>摩洛哥式雞肉 红薯+* 紅蘿蔔鷹嘴豆沙拉* WW Pita Bread 鮮果</p>	<p>15</p> <p>火雞燴番茄 什錦蔬菜沙拉* 玉米鬆餅 鮮果+</p>	<p>16</p> <p>鱈魚佐檸檬酸豆醬汁 番茄菠菜湯* 球芽甘藍+ 焗飯, 鮮果</p>	<p>17</p> <p>节日大餐</p> <p>醬爆肉丸 土豆泥佐肉汁 四季豆* 全麥餐包, 鮮果+ 布丁甜點</p> 
<p>20</p> <p>墨式蔬菜沙拉褒及糙米飯+ 菠菜沙拉佐紅洋蔥及紅蘿蔔* 鮮果</p>	<p>21</p> <p>火雞三明治佐肉汁及全麥麵包 土豆泥 椰香西蘭花+ 鮮果</p> 	<p>22</p> <p>雅式烤雞佐黃瓜醬汁 香燴花椰菜+ 黃瓜沙拉 椰香糙米飯, 鮮果</p>	<p>假日 23 假日 24</p> <p>HAPPY HOLIDAYS</p>	
<p>27</p> <p>雞肉沙拉佐金色葡萄乾, 生菜, 番茄及黃瓜 蔬菜湯+* 全麥餐包, 鮮果</p>	<p>28</p> <p>烤鱈魚 韭蔥奶油醬汁* 凱薩沙拉+ 全麥餐包 鮮果</p>	<p>29</p> <p>炖牛肉* 什錦蔬菜沙拉* 比司吉 鮮果+</p>	<p>30</p> <p>节日大餐</p> <p>火腿 <> 羽衣甘藍 红薯+* 玉米鬆餅 鮮果 布朗尼甜點</p> 	<p>31</p> <p>假日</p> <p>New Year's Eve</p> 