

2023年 12月

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
<p>每个餐点将配有1%脂肪牛奶</p> <p>餐单会随时更改, 恕不另行通知</p>	<p>用餐選擇 堂食: 在用餐地點享用 外帶: 帶回家享用並參與 Zoom活動 外帶: 打包/不參加線上社交活動</p>	<p>关键词 + 维他命 C 来源 * 维他命 A 来源 < > 高钠日 ✔ 素食日</p>		<p>雅買加烤雞佐黃瓜醬 香燴花椰菜+ 紅豆 椰香糙米飯 鮮果</p>
<p>4</p> <p>南方式黑辣烤魚+ 迷迭香烤土豆 雜菜+* 玉米鬆餅 鮮果</p>	<p>5</p> <p>檸香烤雞佐蘑菇醬 豆湯與羽衣甘藍+ 糙米飯 鮮果</p>	<p>✔ 6</p> <p>醬燉豬肉+* 四季豆 大蒜麵包 鮮果 甜點 (僅限堂食)</p>	<p>7</p> <p>南方式雞肉湯佐秋葵+ 紅豆 糙米飯 鮮果</p> 	<p>8</p> <p>火雞肉漢堡佐全麥包+ 玉米黑豆沙拉 什錦蔬菜沙拉* 鮮果</p>
<p>11</p> <p>炖牛肉* 時蔬沙拉* 全麥餐包 鮮果+</p> 	<p>12</p> <p>火雞肉墨西哥捲餅 佐生菜, 番茄及洋蔥+ 斑豆 全麥捲餅 鮮果</p>	<p>13</p> <p>椰香咖哩鱈魚 香燴花椰菜+ 紅萝卜* 焗飯 鮮果</p>	<p>✔ 14</p> <p>紅醬義大利麵 每日沙拉 大蒜麵包 鮮果+</p>	<p>15</p> <p>甜點 (僅限堂食) 包心菜土豆湯+ 胡萝卜青豆* 全麥餐包 鮮果</p>
<p>18</p> <p>火雞燴番茄 什錦蔬菜沙拉* 玉米鬆餅 鮮果+</p>	<p>✔ 19</p> <p>亞洲式蔬菜咖哩* 西蘭花+ 糙米飯 鮮果</p>	<p>20</p> <p>青醬墨式雞肉烤餅*+ 黑豆 蒸玉米 鮮果</p> 	<p>21</p> <p>烤魚佐韭蔥醬汁燴古斯米* 姜黃鮮檸扁豆湯+ 鮮果</p>	<p> 节日大餐 22</p> <p>烤牛胸肉佐肉汁 土豆泥 南方式羽衣甘藍 全麥餐包 鮮果+, 甜點 (僅限堂食)</p> 
<p>假日 25</p> <p></p>	<p>假日 26</p> <p></p>	<p>27</p> <p>泰式西蘭花雞肉湯(主菜) + 薑汁芝麻麵+ 鮮果</p>	<p>28</p> <p>醬燉豬肉 清蒸青江菜*+ 紅萝卜* 奶油大蒜飯 鮮果</p>	<p>29</p> <p>希臘式烤鱈魚佐土豆, 蔥, 及番茄+ 冷甜菜及大蒜沙拉 短意麵佐烤甜紅椒+ 鮮果</p>