



ST. JOHANNES COLLEGE
(Catholic School)

2017-2018 12月餐單(請在每天的A, B, C, D, E中五選一)

姓名: _____

10th November, 2017

班別: _____

餐款		A (飯餐)	B (粉麵餐)	C (營養餐)	D (什糧餐)	E (素食餐)	水果	飲品	選擇
1/12	五	白菌汁雞件飯Y	焗西芹豬扒意粉	雲耳炆雞球配麥米飯Y	吞拿魚壽司配菠蘿批,粟米粒V	上湯雪耳浸津白配腐皮卷麥米飯	✓		
4/12	一	焗墨魚柳斑塊飯BV	時菜肉片配烏冬	時菜金菇炆雞球配五穀飯Y	粟米飯團配粉粿,燒賣b	冬菇蒸蛋配蘿蔔煮豆腐五穀飯Y D	✓		
5/12	二	BBQ雞球飯	焗車厘茄千層麵d	鮮竹燴粟米肉餅飯Y	肉碎燴意粉配超軟蛋糕dD	西芹鮮菇素鴨飯Y		✓	
6/12	三	焗磨菇豬柳漢堡飯Y	秀珍菇雞柳配什菜撈麵Y	香芹鮮竹肉粒配粟米飯	雞蛋手卷配蝴蝶卷,維他奶D	時瓜珍珠筍炆腐竹配粟米飯Y	✓		
7/12	四	柱侯炆牛腩飯db	焗雞心豆豬柳通心粉	怡香茄子燴魚腐飯YV	烤雞腩配蜆殼粉,車厘茄	黑椒腰豆什菜燴通心粉(微辣)Y		✓	
8/12	五	洋蔥豬扒飯	焗咖喱牛柳意粉(微辣)bd	時菜白汁雞絲飯	肉鬆壽司配牛角包,車厘茄	雙菇燴鮮竹飯Y	✓		
11/12	一	焗粟米石斑飯V	紅腰豆豬柳燴意粉	什菜蒸蛋配白菌雞柳糙米飯DY	什豆肉絲燴扁意粉配蛋糕D	粟米木耳素肉條配糙米飯	✓		
12/12	二	京都豬扒飯	焗白汁雞球扭扭粉	韓式煮牛肉飯(微辣)dY	套餐配迷你肉餅米粉,時蔬	香芋冬菇燴時蔬飯Y		✓	
13/12	三	焗美極汁雞扒飯	肉碎碎柳配燕麥烏冬	蒜香什菜肉粒配十穀飯Y	日式冷拉麵配麥餐包,粟米粒V	葡汁什菜腰豆配十穀飯Y	✓		
14/12	四	甘筍炆排骨飯	焗什菌雞粒通心粉Y	錦繡冬菇肉片飯Y	薯仔什扒配軟餐包,磨菇粒Y	鮮竹燴時蔬配撈米粉		✓	
15/12	五	淡黑椒豬柳飯(微辣)	焗薯仔雞肉意粉	滬式津白肉絲配紅米飯	宋古力蛋糕配三文魚壽司,泡芙V D	鮮菇腐皮炆時瓜配紅米飯Y	✓		
18/12	一	焗白汁海鮮飯BV	什菜牛肉燴意粉Yd	鮮菇燴肉餅配麥米飯Y	七彩健康飯配水晶餅,時蔬	粟米蒸蛋配燴津菜麥米飯YD	✓		
19/12	二	車厘茄雞扒飯	焗南瓜千層麵d	磨菇燴肉粒飯Y	日式椰菜魚餅意粉配時蔬V	上湯豆干浸時蔬飯Y		✓	
20/12	三	焗咖喱雞球飯(微辣)b	干燒伊麵配魚餅豆腐VY	鮮茄肉片配五穀飯	吞拿魚壽司配楊梅批,菠蘿粒V	雙耳北菇扒素菜卷配五穀飯Y	✓		
21/12	四	時菜炆牛腩飯bd	焗蒜香豬扒扭紋粉	雞腩燴雞球飯Y	照燒雞腩配長通粉,時蔬	芝士汁三角豆薯仔燴螺絲粉Y		✓	

以下標示代表該餐含有標示所指之成份,如對該類食物有敏感請勿選擇: Y 菇菌類 d 牛肉 D 雞蛋 V 魚類可能含有少量魚骨,請留意選擇

B 甲殼類海產(蝦、蟹等) b 花生或果仁 備註: 1 所有餐款均不含蠶豆成份 2 咖喱、黑椒及沙爹汁等都帶微辣成份

2017年12月份午餐訂購: 15日 x 每餐盒售價HK\$26 =HK\$390

此表格及費用請於2017年11月17日前填妥並交回學校

若付支票台頭請寫"聖若望英文書院"或"St. Johannes College".

所有已收費用不獲退款,如約銀行彈票將會收取港幣\$200元行政手續費用。