



ST. JOHANNES COLLEGE
(Catholic School)

Form 5

2018-2019 12月餐單(請在每天的A, B, C, D, E中五選一)

姓名: _____

16th November, 2018

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
3/12 一	焗白汁豬柳漢堡飯	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	✓		
4/12 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		✓	
5/12 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	✓		
6/12 四	時菜炆牛腩飯bd	焗蒜香豬扒扭紋粉	什菌燴雞粒飯Y	照燒雞腩配長通粉,時蔬	三角豆薯仔燴螺絲粉Y		✓	
7/12 五	香草汁燴牛柳飯d	焗白菌三絲意粉Y	時菜炒雞柳飯	超軟蛋糕配肉鬆手卷,麥精D	粟米西芹燴豆腐飯Y	✓		
10/12 一	焗洋蔥魚柳飯V	鮮菌雞肉燴意粉Y	肉碎蒸蛋配合掌瓜燴肉絲粟米飯D	豬肉卷包配燴南瓜,珍寶腸	素肉碎燴茄瓜豆干配粟米飯Y	✓		
11/12 二	蕃茄雞球飯	焗免治肉醬漢堡通心粉	薯仔煮牛肉飯Yd	珍珠雞配雞球腸粉,時蔬Y	雙菇鮮竹扒娃娃菜飯Y		✓	
12/12 三	焗三色豆豬扒飯	冬菇牛肉球配上海麵dY	洋蔥菠蘿雞球配糙米飯	迷你冷拉麵配提子士干,菠蘿粒V B	秀珍菇燴豆腐配糙米飯Y	✓		
13/12 四	什菜炆排骨飯	焗什菜雞粒扭扭粉	冬菇肉碎肉丸飯Y	粟米燒雞脆配薯菜,餐包	咖喱什菜腰豆燴天使麵(微辣)bY		✓	
14/12 五	BBQ牛柳飯d	焗低脂芝士汁豬柳意粉	木耳燴肉粒配十穀飯Y	蟹柳手卷,蛋糕,粟米粒DB	蕃茄汁磨菇炒蛋配十穀飯DY	✓		
17/12 一	焗葡汁尤魚圈魚柳飯BV	甘筍雞扒燴意粉	時菜肉餅配赤米飯Y	豬柳漢堡包配燴雞皇,車厘茄	粉絲蒸蛋配北菇扒時蔬赤米飯YD	✓		
18/12 二	時菜醬汁雞球飯b	焗紅腰豆千層麵d	粟米肉片飯Y	超軟蛋糕配鮮茄肉粒燴意粉D	彩椒炒素肉飯		✓	
19/12 三	焗菠蘿豬柳飯	五香牛腩配撈麵bd	咖喱燴雞肉配麥米飯(微辣)b	什錦蕎麥冷麵配菠蘿批,車厘茄B	什菜烏冬配鮮竹卷Y	✓		
20/12 四	肉碎雞扒飯	焗什菌豬扒焗殼粉Y	淡黑椒什菜牛肉粒飯(微辣)dY	聖誕餐(雞腿、鴨胸片、白菌、粟米、甘筍、薯仔、菠蘿、車厘茄,燒汁扭扭粉)Y	什菌燴薯仔長通粉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

2018年12月份午餐訂購: 14日 x 每餐盒售價HK\$27 =HK\$378

此表格及費用請於2018年11月23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或轉讓,如若銀行彈票將會收取港幣\$200元行政手續費用。

家長/監護人姓名: _____ 家長/監護人姓名簽署: _____

日期: _____