



澳門特別行政區政府
 Governo da Região Administrativa Especial de Macau

學生福利基金
 Fundo de Acção Social Escolar

2021年12月份餐單

日期	早餐	午餐	湯
12月1日(三)	芝士餐包/ 果汁	西芹雞柳 (雞肉, 西芹, 蒜蓉, 甘筍, 芝麻油等)	清補涼紅蘿蔔豬骨湯
12月2日(四)	墨西哥包/ 豆奶	馬蹄冬菇蒸肉餅 (馬蹄, 冬菇, 粟米, 芝麻油等)	紅蘿蔔青蘿蔔雞腳湯
12月3日(五)	吞拿魚粟米三文治/ 低糖豆奶	千層麵豬肉義大利粉 (豬肉, 西芹, 蒜蓉, 甘筍等)	粟米竹蔗芋根湯
12月6日(一)	腸仔包/ 果汁	菠蘿雞球 (雞肉, 青波椒, 紅波椒等)	蕃茄薯仔黃豆雞腳湯
12月7日(二)	台式肉燥包/ 低脂牛奶	奶油蒜香白菌雞螺絲粉 (雞肉, 蒜蓉, 雞腿菇, 茼蒿, 牛油等)	粉葛紅蘿蔔赤小豆豬骨湯
12月9日(四)	台式雞肉包/ 低脂牛奶	瑤柱肉碎蒸水蛋 (豬肉, 雞蛋, 瑤柱, 蝦米, 芝麻油等)	花生眉豆雞腳湯
12月10日(五)	火腿三文治/ 果汁	廣州燴飯 (雞肉, 青豆, 蝦仁, 芝麻油等)	無花果南北杏湯
12月13日(一)	台式火腿麵包/ 豆奶	蠔油薯仔燜雞 (雞肉, 薯仔, 蒜, 薑葱等)	荷葉煲冬瓜湯
12月14日(二)	墨西哥包/ 果汁	蕃茄肉醬意粉 (豬肉, 蕃茄等)	蓮藕蠔豉花生豬骨湯
12月15日(三)	提子餐包/ 低糖豆奶	豆醬雲耳炆雞粒 (雞肉, 蒜蓉, 雲耳等)	紅蘿蔔青蘿蔔雞腳湯
12月16日(四)	乳酪軟包/ 果汁	蓮藕肉片 (豬肉, 蓮藕肉, 葱, 蒜, 芝麻油等)	土伏苓煲豬骨湯
12月17日(五)	吞拿魚三文治/ 豆奶	福建雞粒燴飯 (雞肉, 冬菇, 甘筍等)	粟米竹蔗芋根湯

午膳餐均配有健康時菜及新鮮切片水果1份。

所有食物均以飯：菜：肉=3：2：1比例進行編制。