



小一至小二學生適用

聖公會馬鞍山主風小學































2018年6月份午膳訂購表格

小一至小二的卡路里約 533 至 633
小三至小六的卡路里約 633 至 800
中學生及老師的卡路里約 750 至 900

需要收據



請將所選擇的餐款在右面的空格填滿，例：■。在每天的三款餐款中，選擇一款。如填寫不清楚一律當作A處理。


****餐單必須全月訂購****


日期	星期	A	B	C	是週甜品		A	B	C	
1	五	銀湖牛肉粒配粟米飯(西芹)  	西茄魚柳配紅米飯(南瓜)  	原盅蒸北菇滑雞飯(合掌瓜) 		1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4	一	黃蘆芋絲豆皮結配香菇飯(紹菜)  	五彩牛肉粒配有營飯(粟米) 	中式蜜汁肉片配白飯(木瓜) 		4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5	二	西芹香蒜肉片配金粟飯(西芹)	粟米汁魚柳配紫紅米飯(合掌瓜) 	牛肝菌汁雞皇配白飯(木瓜) 		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6	三	蘑菇汁肉粒配紅米飯(合掌瓜)  	中式香草牛肉配粟米飯(紹菜)	咖喱雞皇配白飯(蘿蔔)  		6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7	四	不用在校午膳					7			
8	五	不用在校午膳					8			
11	一	不用在校午膳					11			
12	二	洋蔥汁雞絲配燕麥飯(木瓜) 	香濃蘑菇肉粒配有營飯(南瓜)  	西班牙牛肉配白飯(南瓜) 	生果	12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
13	三	西芹木耳肉片配糙米飯(西芹) 	粟米汁肉粒配通粉(南瓜) 	葡汁雞皇配紫紅米飯(粟米) 		13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
14	四	蜆肉上湯雞絲配燕麥飯(紹菜)	巴黎汁肉片配金粟飯(合掌瓜)  	叉燒飯糰(含糯米)配沙嗲牛丸米線  		14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
15	五	福建雞絲配糙米飯(紹菜) 	四式芝士魚柳配紅米飯(南瓜)  	原盅蒸馬蹄肉餅飯(合掌瓜) 		15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
18	一	端午節假期					18			
19	二	不用在校午膳					19			
20	三	不用在校午膳					20			
21	四	不用在校午膳					21			
22	五	不用在校午膳					22			
25	一	不用在校午膳					25			
26	二	不用在校午膳					26			
27	三	不用在校午膳					27			
28	四	不用在校午膳					28			
29	五	不用在校午膳					29			

請連同7-11、OK或華潤萬家Vango繳費收據及此餐單於 21 / 5 前交回班主任，逾期恕不接受。

如欲索取餐單或因缺席取消訂飯必須於當日上午8:30-10:00前致電 2637-3215登記，繳費資料附設於餐單背頁。

成份及其製品提示  : 甲殼類動物  : 蛋類  : 奶類  : 木本堅果
 : 芝麻  : 蕃茄  : 菇菌類  : 辣  : 非油炸

 : 此款式食物含花生，若對花生有敏感人士請勿選擇此款

 : 此款式食物含蠶豆，若有葡萄糖一六一磷酸鹽脫氫酵素缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款



小三至小四學生及教職員適用

聖公會馬鞍山主風小學

2018年6月份午膳訂購表格

小一至小二的卡路里約 533 至 633
小三至小六的卡路里約 633 至 800
中學生及老師的卡路里約 750 至 900

需要收據

請將所選擇的餐款在右面的空格填滿，例: 。在每天的四款餐款中，選擇一款。如填寫不清楚一律當作A處理。

****餐單必須全月訂購****

日期	星期	A款	B款	C款	D款	是週甜品		A	B	C	D	
1	五	銀湖牛肉粒配粟米飯(西芹)	西茄魚柳配紅米飯(南瓜)	原盅蒸北菇滑雞飯(合掌瓜)	蘑菇雞肉飯糰(含糯米)配 香草雞絲意粉(椰菜)		1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4	一	黃薑芋絲豆皮結配香菇飯(紹菜)	五彩牛肉粒配有營飯(粟米)	中式蜜汁肉片配白飯(木瓜)	蜜椒漢堡扒包配芝麻魚蛋烏冬		4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5	二	西芹香蒜肉片配金粟飯(西芹)	粟米汁魚柳配紫紅米飯(合掌瓜)	牛肝菌汁雞皇配白飯(木瓜)	叉燒包 + 燒賣配肉醬(牛)通心米粉		5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6	三	蘑菇汁肉粒配紅米飯(合掌瓜)	中式香草牛肉配粟米飯(紹菜)	咖喱雞皇配白飯(蘿蔔)	和風肉燥(豬)配意粉(椰菜)		6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7	四	不用在校午膳						7				
8	五	不用在校午膳						8				
11	一	不用在校午膳						11				
12	二	洋葱汁雞絲配燕麥飯(木瓜)	香濃蘑菇肉粒配有營飯(南瓜)	西班牙牛肉配白飯(南瓜)	香焗咖喱雞肉包配 蒜香車打雞絲烏冬(粟米)	生果	12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
13	三	西芹木耳肉片配糙米飯(西芹)	粟米汁肉粒配通粉(南瓜)	葡汁雞皇配紫紅米飯(粟米)	白汁雞肉餡餅配什菌牛肉飯		13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
14	四	蜆肉上湯雞絲配燕麥飯(紹菜)	巴黎汁肉片配金粟飯(合掌瓜)	叉燒飯糰(含糯米)配沙嗲牛丸米線	烤香芋鱈魚雞粒肉餅飯配迷你時菜		14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
15	五	福建雞絲配糙米飯(紹菜)	四式芝士魚柳配紅米飯(南瓜)	原盅蒸馬蹄肉餅飯(合掌瓜)	蒸水蛋配意茄雞皇飯(南瓜)		15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
18	一	端午節假期						18				
19	二	不用在校午膳						19				
20	三	不用在校午膳						20				
21	四	不用在校午膳						21				
22	五	不用在校午膳						22				
25	一	不用在校午膳						25				
26	二	不用在校午膳						26				
27	三	不用在校午膳						27				
28	四	不用在校午膳						28				
29	五	不用在校午膳						29				

請連同7-11、OK或華潤萬家Vango繳費收據及此餐單於 21 / 5 前交回班主任，逾期恕不接受。

如欲索取餐單或因缺席取消訂飯必須於當日上午8:30-10:00前致電 2637-3215登記，繳費資料附設於餐單背頁。

成份及其製品提示 : 甲殼類動物 : 蛋類 : 奶類 : 木本堅果
: 芝麻 : 蕃茄 : 菇菌類 : 辣 : 非油炸

: 此款式食物含花生，若對花生有敏感人士請勿選擇此款
: 此款式食物含蠶豆，若有葡萄糖一六-磷酸鹽脫氫酶缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款



小五至小六學生適用

聖公會馬鞍山主風小學

2018年6月份午膳訂購表格

小一至小二的卡路里約 533 至 633
小三至小六的卡路里約 633 至 800
中學生及老師的卡路里約 750 至

需要收據

****餐單必須全月訂購****

日期	星期	餐款		是日配菜	飯類	是週甜品		A
1	五	烤魚柳	銀湖牛肉粒	椰菜	燕麥米飯		1	■
4	一	芝味雞皇	中式蜜汁肉片	粟米	白飯		4	■
5	二	叉燒包 + 燒賣配肉醬(牛)通心米粉		紹菜			5	■
6	三	和風肉燥(豬)	中式香草牛肉	椰菜	白飯		6	■
7	四	不用在校午膳					7	
8	五						8	
11	一						11	
12	二	香焗咖喱雞肉包配蒜香車打雞絲烏冬(粟米)		椰菜		生果	12	■
13	三	粟米汁肉粒	烤香芋鱈魚雞粒肉餅	菜心	燕麥米飯		13	■
14	四	蒸水蛋	巴黎汁肉片	紹菜	白飯		14	■
15	五	烤魚柳	四式芝士牛肉	小棠菜	糙米飯		15	■
18	一	不用在校午膳					18	
19	二						19	
20	三						20	
21	四						21	
22	五						22	
25	一						25	
26	二						26	
27	三						27	
28	四				28			
29	五				29			

請連同7-11、OK或華潤萬家Vango繳費收據及此餐單於 21/5 前交回班主任，逾期恕不接受。

成份及其製品提示 :甲殼類動物 :蛋類 :奶類 :木本堅果
:芝麻 :蕃茄 :菇菌類 :辣 :非油炸

:此款式食物含花生，若對花生有敏感人士請勿選擇此款
:此款式食物含蠶豆，若有葡萄糖一六一磷酸鹽脫氫酵素缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款

如欲索取餐單或因缺席取消訂飯必須於當日上午8:30-10:00前致電 2637-3215登記，繳費資料附設於餐單背頁。

繳費資料附設於餐單背頁，請依據「本月應繳費用」繳費