

## 2026年1月份培道學校菜單

序號	日期	菜單		
	1月1日（星期四）	元旦假期		
1	1月2日（星期五）	蓮藕胡蘿蔔蜜棗豬骨湯	豉味土豆鸡粒配粟米飯	菜心 水果
2	1月5日（星期一）	西洋菜蜜枣猪骨汤	肉饼蒸蛋配白飯	肉末蒸冬瓜 水果
3	1月6日（星期二）	霸王花胡蘿蔔豬骨湯	日式照燒鷄扒配白飯	蒜蓉大白菜 水果
4	1月7日（星期三）	山藥玉米蜜棗雞湯	胡蘿蔔山藥燴肉片粟米飯	椰菜 水果
5	1月8日（星期四）	裙帶菜豆腐豬骨湯	沙葛紅蘿蔔炆雞塊配白飯	肉碎燜節瓜 水果
6	1月9日（星期五）	蓮藕玉米馬蹄大骨湯	冬菇淮山粉皮蒸鸡配白飯	菜心 水果
7	1月12日（星期一）	西洋菜紅蘿蔔豬骨湯	洋蔥豬扒配糙米飯	椰菜 水果
8	1月13日（星期二）	胡蘿蔔山藥蜜棗雞湯	蟹柳炒蛋配白飯	肉末蒸冬瓜 水果
9	1月14日（星期三）	紫菜蛋花湯	鴨絲炒椰菜花配糙米飯	菜心 水果
10	1月15日（星期四）	沙參玉竹胡蘿蔔豬骨湯	馬蹄肉餅配白飯	番茄蛋 水果
11	1月16日（星期五）	菜幹蜜棗豬骨湯	香煎豬扒配鮮菇紅蘿蔔絲撈麵	節瓜 水果
12	1月19日（星期一）	銀耳百合蜜棗雪梨湯	台式胡蘿蔔滷肉配粟米通心粉	椰菜 水果
13	1月20日（星期二）	蓮藕胡蘿蔔大骨湯	紅棗枸杞蒸鸡配白飯	蒜蓉蒸大白菜 水果
14	1月21日（星期三）	雪耳無花果豬骨湯	洋蔥豬扒配糙米飯	南瓜肉碎 水果
15	1月22日（星期四）	霸王花胡蘿蔔豬骨湯	醬燒薯仔鷄腿配糙米飯	白菜 水果
16	1月23日（星期五）	蓮藕玉米馬蹄大骨湯	萐筍紅蘿蔔炒肉片配白飯	菜心 水果
17	1月26日（星期一）	淮山玉竹豬骨湯	鴨絲炒椰菜花配白飯	小棠菜 水果
18	1月27日（星期二）	淮山胡蘿蔔玉米雞湯	日式照燒鷄扒鮮茄意粉	青瓜 水果
19	1月28日（星期三）	馬蹄玉米大骨湯	雜菜土豆燴肉片配糙米飯	番茄蛋 水果
20	1月29日（星期四）	蓮藕胡蘿蔔蜜棗豬骨湯	冬菇淮山粉皮蒸鸡配白飯	南瓜肉碎 水果
21	1月30日（星期五）	沙參玉竹豬骨湯	雜菇肉碎扒豆腐配粟米飯	椰菜 水果

幼稚園菜單食物均為去骨切粒/切絲