2026年11月份聖瑪大肋納學校午膳菜單

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日
菜單明細	追思節假期	分校：鮮茄豬扒	分校：雲耳蒸雞柳	分校：薯仔燜排骨	分校：香煎雞翼
		正校：豬扒切粒	正校：雲耳雞柳切粒	正校：薯仔肉餅	正校：粟米雞柳切粒
		灼椰菜	萬筍絲	上湯娃娃菜	灼菜心
		白飯	白飯	白飯	糙米飯
		水果		水果 幼稚園：雪耳蘋果水	
日期	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日
菜單明細	分校：洋蔥豬扒	分校：日式照燒汁雞扒	分校：南瓜排骨	分校：滷水薯仔雞柳	素食日
	正校：豬扒切粒	正校：雞扒切粒	正校：南瓜肉碎	正校：薯仔雞柳切粒	茄汁粟米蘑菇燴意粉
	灼小棠菜	翠玉瓜	灼白菜	灼西蘭花	蒸水蛋
	白飯	白飯	白飯	白飯	蛋過敏者:紅燒豆腐
		水果		水果 幼稚園：焓雞蛋	
日期	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日
菜單明細	分校：蜜汁雞翼	分校：京都汁洋蔥豬柳	分校：滷水薯仔雞柳	馬蹄肉餅	椰菜粟米雞粒燴飯
	正校：蜜汁粟米雞柳切粒	正校：洋蔥豬柳切粒	正校：薯仔雞柳切粒		
	萬筍絲	灼椰菜花	上湯娃娃菜	灼小棠菜	灼菜心
	白飯	白飯	糙米飯	白飯	
		水果		水果 幼稚園：檸檬薏米水	
日期	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日
菜單明細	校運會，供應午膳。	校運會，供應午膳，中學及小學全體在運動場用餐。	分校：香煎豬扒	分校：瑞士汁雞翼	分校：豉汁蒸排骨
	P3至初一在運動場用餐	中學及小學下午休課。	正校：豬扒切粒	正校：雞柳切粒	正校：粟米肉餅
	幼稚園及P1、P2 如常上課	幼稚園如常上課	灼小棠菜	翠玉瓜	灼紹菜
	幼稚園及P1、P2：雜菜湯	幼稚園:薯仔肉碎	白飯	白飯	糙米飯
	粟米肉碎通粉	灼菜心		水果 幼稚園：焓番薯塊	
日期	11月30日				
菜單明細	分校：鹿茸菇蒸雞柳				
	正校：雞柳切粒				
	萬筍絲				
	白飯				

菜單根據季度更新菜式，餐點會用鹽度計控制，每天測量鹽度並記錄數據。
（飲食鹽度健康範圍：0.9%至2%）