

香港耀能協會羅怡基紀念學校
二零二六年三月份 學生午膳餐單

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
2/3 青紅椒菠蘿肉片 娃娃菜 燕麥飯 沃柑	3/3 芹菜雲耳炆雞柳 唐生菜 十穀米 香蕉	4/3 芥蘭肉絲炆烏冬 蕃茄薯仔牛肉湯 雪梨	5/3 薯仔炆豬肉 菜芯 十穀米 蘋果	6/3 紫菜肉粒蛋炒飯 小棠菜 橙
9/3 節瓜草菇炆肉粒 唐生菜 燕麥飯 蘋果	10/3 滷水汁雞柳併布包豆腐 娃娃菜 十穀米 橙	11/3 芽菜椰菜肉絲陳村粉 南瓜肉碎粥 香蕉	12/3 蓮藕蒸肉餅 菜芯 十穀米 沃柑	13/3 清蒸水蛋 蜜豆炒雜菜 雪梨
16/3 豆腐粟米蒸肉餅 菜芯 燕麥飯 橙	17/3 蕃茄炒蛋 福建花 十穀米 雪梨	18/3 洋蔥三色椒肉絲炒意粉 西蘭花 香蕉	19/3 絲瓜雲耳炆雞 椰菜 十穀米 蘋果	20/3 南瓜蒸肉片 唐生菜 沃柑
23/3 肉碎茄子 小棠菜 燕麥飯 香蕉	24/3 粟米魚柳 唐生菜 十穀米 橙	25/3 甘筍絲肉絲牙菜炒米 粉葛赤小豆扁豆瘦肉湯 雪梨	26/3 冬瓜豆干肉粒 芥蘭苗 十穀米 蘋果	27/3 蟲草花蒸雞 菜芯 香蕉
30/3 復活節假期	31/3 復活節假期			

備注:如有特別學生需要,當日會另作安排。