

聖公會馬鞍山主風小學 2026年10月份【P.1-P.3、P.5-P.6學生訂餐表】

填滿方格，例：☐ → ☒

2026-10		A(有營飯餐)	價錢	B(高纖穀物餐)	價錢	C(輕營小食餐/粉麵餐)	價錢	D(低碳素食餐)	價錢	E(丹尼便當)	價錢	F(丹尼便當)	價錢		2026-10	A	B	C	D	E	F
2	五	香草蕃茄汁牛肉片飯	24	台式肉燥甘筍飯(豬)★	24	低脂葡汁雞皇扭扭粉◆	24	日式鮮菌昆布黃豆飯◎★	24	西檸雞飯◎#配麵筋	33	蕃茄滑蛋牛肉飯◎配日式紫薯	33	水果	2	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	一	日式咖喱牛肉片飯(微辣)◆	24	甘筍南瓜蒸雞紅米飯	24	美式蘑菇汁豬肉片通心粉★	24	西班牙蕃茄汁煮雞菜紅腰豆飯◎	24		33		33		5	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6	二	低脂芝士雞球飯◆	24	台式香蔥豬扒三色飯△	24	粟米香草牛肉醬意粉	24	黑椒汁煮枝竹豆乾飯(微辣)◎	24		33		33		6	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7	三	蒜蓉雞扒飯	24	和風洋蔥牛肉片糙米飯	24	小食餐:漢堡包(1)+粟米粥(1)+芝士焗(3)+蝦子(3)+粟米粒+蘑菇汁	24	羅宋雞菜汁煮紅腰豆糙米飯◎	24		33		33		7	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8	四	越式香茅魚柳飯△	24	中式粟米汁豬肉粒南瓜飯	24	意大利蕃茄雞球長通粉	24	粉絲冬菇豆乾南瓜飯★◎	24		33		33		8	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9	五	滷水無激素雞中翼飯	24	低脂芝士蘑菇汁魚柳粟米飯△◆★	24	日式豬肉醬扭扭粉	24	粟米蒸水蛋飯△	24	港式咖喱雞腩飯(微辣)◎●(魚蛋+蘿蔔+豬肉)配燒賣	33	全日早茶拼盤●●(蒜味有皮雞扒+黑椒雞+黑椒雞子包配茄汁豆	33	飲品	9	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12	一	洋葱燒汁豬肉片飯	24	冬菇蒸雞三色飯★	24	蕃茄汁牛肉片長通粉	24	冬菇茄汁炆黃豆三色飯◎★	24		33		33		12	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13	二	京都汁豬扒飯	24	三色椒汁雞肉紅米飯	24	意式肉醬扭扭粉(牛)◎	24	日式照燒汁金菇豆乾飯◎★	24		33		33		13	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14	三	中式蘿蔔牛肉片飯	24	瑞士汁雞腩粟米飯	24	小食餐:飯團(1)+甜酸包(1)+燒賣(2)+魚腩(2)+粟米粒+薑蔥汁	24	五彩素珍豆乾飯◎★	24		33		33		14	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15	四	蘑菇汁雞肉飯★	24	韓式芝麻魚柳糙米飯△@	24	粟米豬肉醬烏冬	24	低脂葡汁雞心豆撈烏冬◎	24		33		33		15	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16	五	蜜味無激素雞中翼飯	24	意式卡邦魚柳甘筍飯△◆	24	美式BBQ燒汁漢堡扒通心粉	24	粉絲蒸水蛋飯△	24	中式粟米魚柳飯#△配魚蛋	33	印度咖喱雞飯(微辣)◎◆配咖喱角	33	水果	16	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20	二	日式芝麻豬肉片飯@	24	杞子甘筍蒸雞紅米飯	24	野菜汁牛肉片長通粉	24	蜜桃汁雞菜紅腰豆長通粉◎	24		33		33		20	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21	三	韓式甜醬燒汁豬肉片飯	24	低脂香茅咖喱雞球三色飯(微辣)◆	24	香草牛肉醬扭扭粉	24	香菇腐竹豆乾三色飯◎★	24		33		33		21	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22	四	低脂甘筍葡汁魚柳飯△◆	24	滷水雞腩粟米飯	24	小食餐:雞肉糯米腸(1)★+獅子狗(3)+粟米粒(日式燒汁)	24	昆布杞子黃豆飯◎	24		33		33		22	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23	五	中式洋葱汁牛肉片飯	24	蜜味雞扒甘筍飯	24	台式香菇肉燥烏冬(豬)★	24	低脂南瓜燴紅腰豆撈烏冬◆◎	24	十月點心拼盤●●@★●(奶皇包+菜肉包+粉果+燒賣)	33	泰式燒烤拼盤(微辣)@●●(烤雞腿肉+黑魚餅+香茅雞中翼)	33	飲品	23	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26	一	鮮淮山冬菇蒸雞球飯★	24	蜜桃汁豬肉片紅米飯	24	葡汁牛肉片通心粉◆	24	昆布茄汁燴雜菌黃豆飯◎★	24		33		33		26	☐	☐	☐	☐	☐	☐
27	二	福建肉絲飯(豬肉絲,甘筍絲,冬菇絲)★◎	24	日式牛肉醬南瓜飯	24	鮮茄雞肉長通粉	24	金瓜汁雞菜紅腰豆長通粉★◆◎	24		33		33		27	☐	☐	☐	☐	☐	☐
28	三	日式甜洋葱豬肉片飯	24	韓式雞球三色飯	24	小食餐:熱狗包●+雞肉腸+蝦子(2隻)+燒賣(3)+粟米粒(蒜蓉汁)	24	羅漢齋鮮腐竹飯★◎	24		33		33		28	☐	☐	☐	☐	☐	☐
29	四	瑞士汁無激素雞中翼飯	24	菠蘿汁魚柳糙米飯△	24	日式咖喱豬肉片烏冬(微辣)◆	24	香菇蒸水蛋飯★	24		33		33		29	☐	☐	☐	☐	☐	☐
30	五	香草燒汁豬扒飯△	24	德國薯仔汁雞肉甘筍飯	24	蕃茄牛肉醬扭扭粉	24	薑米素珍豆乾飯◎★	24	照燒雞扒包◎#配雞肉腸	33	沙爹牛肉撈烏冬@ (微辣)配麵筋	33	水果	30	☐	☐	☐	☐	☐	☐

食物敏感人士請小心選擇含以下符號之餐款: △蛋類 ◆奶類 @木本堅果類 #甲殼類 ★菇菌類 ◎豆類。
本公司採用優質去骨魚柳，但當中仍可能含有少量魚骨，請家長留意小心選擇。汁醬中、麵包及意式麵類含有麩質的穀類。
所有含奶類汁醬均為低脂成份。餐款不含椰汁、忌廉、椰奶、椰漿、花生、蠶豆成份。

學生姓名: _____ 班別: _____ 學生編號: 110590099420
(12位數之丹尼學生編號)

聖公會馬鞍山主風小學 2026年10月份【P.4學生訂餐表】

填滿方格，例：☐→☒

2026-10		A(有營飯餐)	價錢	B(高纖穀物餐)	價錢	C(輕營小食餐/粉麵餐)	價錢	D(低碳素食餐)	價錢	E(丹尼便當)	價錢	F(丹尼便當)	價錢		2026-10	A	B	C	D	E	F
2	五	香草蕃茄汁牛肉片飯	24	台式肉燥甘筍飯(豬)★	24	低脂菌汁雞皇扭扭粉◆	24	日式鮮菌昆布黃豆飯◎★	24	西檸雞飯◎#配麵筋	33	蕃茄滑蛋牛肉飯◎配日式紫薯	33	水果	2	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	一	日式咖喱牛肉片飯(微辣)◆	24	甘筍南瓜蒸雞紅米飯	24	美式蕃茄汁豬肉片通心粉★	24	西班牙蕃茄汁煮雞菜紅腰豆飯◎	24		33		33		5	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6	二	低脂芝士雞球飯◆	24	台式香蔥豬扒三色飯△	24	粟米香草牛肉醬意粉	24	黑椒汁煮枝竹豆乾飯(微辣)◎	24		33		33		6	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7	三	蒜蓉雞扒飯	24	和風洋蔥牛肉片糙米飯	24	小食餐：漢堡包(1)+粟米粥(1)+芝士焗(3)+餃子(3)+粟米粒+蕃茄醬汁	24	羅宋雞菜汁煮紅腰豆糙米飯◎	24		33		33		7	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9	五	滷水無激素雞中翼飯	24	低脂芝士蕃茄汁魚柳粟米飯△◆★	24	日式豬肉醬扭扭粉	24	粟米蒸水蛋飯△	24	港式咖喱雞腩飯(微辣)◎◆(魚蛋+雞骨+豬肉丸)配燒賣	33	全日早餐拼盤◆◆(蒜味有皮雞扒+黑椒雞+黑糖提子包)配茄汁豆	33	飲品	9	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12	一	洋葱燒汁豬肉片飯	24	冬菇蒸雞三色飯★	24	蕃茄汁牛肉片長通粉	24	冬菇茄子炆黃豆三色飯◎★	24		33		33		12	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13	二	京都汁豬扒飯	24	三色椒汁雞肉紅米飯	24	意式肉醬扭扭粉(牛)◎	24	日式照燒汁金菇豆乾飯◎★	24		33		33		13	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14	三	中式蘿蔔牛肉片飯	24	瑞士汁雞腩粟米飯	24	小食餐：飯團(1)+甜餐包(1)+燒賣(2)+魚餅(2)+粟米粒+蜜糖汁	24	五彩素珍豆乾飯◎★	24		33		33		14	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15	四	蘑菇汁雞肉飯★	24	韓式芝麻魚柳糙米飯△@	24	粟米豬肉醬烏冬	24	低脂菌汁雞心豆撈烏冬◎	24		33		33		15	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16	五	蜜味無激素雞中翼飯	24	意式卡邦魚柳甘筍飯△◆	24	美式BBQ燒汁漢堡扒通心粉	24	粉絲蒸水蛋飯△	24	中式粟米魚柳飯#△配魚蛋	33	印度咖喱雞飯(微辣)◎◆配咖喱角	33	水果	16	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20	二	日式芝麻豬肉片飯@	24	杞子甘筍蒸雞紅米飯	24	野菜汁牛肉片長通粉	24	蜜桃汁雞菜紅腰豆長通粉◎	24		33		33		20	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21	三	韓式甜醬燒汁豬肉片飯	24	低脂香茅咖喱雞球三色飯(微辣)◆	24	香草牛肉醬扭扭粉	24	香菇腐竹豆乾三色飯◎★	24		33		33		21	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22	四	低脂甘筍汁魚柳飯△◆	24	滷水雞腩粟米飯	24	小食餐：雞肉糯米腸(1)★+獅子狗(3)◆+粟米粒(日式燒汁)	24	昆布杞子黃豆飯◎	24		33		33		22	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23	五	中式洋葱汁牛肉片飯	24	蜜味雞扒甘筍飯	24	台式香菇肉燥烏冬(豬)★	24	低脂南瓜燴紅腰豆撈烏冬◆◎	24	十月點心拼盤◆◆(如皇包+菜肉包+粉果+燒賣)	33	泰式燒烤拼盤(微辣)@◆(烤雞腿肉+墨魚餅+香茅雞中翼)	33	飲品	23	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26	一	鮮淮山冬菇蒸雞球飯★	24	蜜桃汁豬肉片紅米飯	24	葡汁牛肉片通心粉◆	24	昆布茄汁燴雜菌黃豆飯◎★	24		33		33		26	☐	☐	☐	☐	☐	☐
27	二	福建肉絲飯(豬肉絲,甘筍絲,冬菇絲)★®	24	日式牛肉醬南瓜飯	24	鮮茄雞肉長通粉	24	金瓜汁雜菌紅腰豆長通粉★◆◎	24		33		33		27	☐	☐	☐	☐	☐	☐
28	三	日式甜洋葱豬肉片飯	24	韓式雞球三色飯	24	小食餐：熱狗包+雞肉腸+餃子(2隻)+燒賣(3)+粟米粒(蒜蓉汁)	24	羅漢齋鮮腐竹飯★◎	24		33		33		28	☐	☐	☐	☐	☐	☐
29	四	瑞士汁無激素雞中翼飯	24	菠蘿汁魚柳糙米飯△	24	日式咖喱豬肉片烏冬(微辣)◆	24	香菇蒸水蛋飯△★	24		33		33		29	☐	☐	☐	☐	☐	☐
30	五	香草燒汁豬扒飯△	24	德國薯仔汁雞肉甘筍飯	24	蕃茄牛肉醬扭扭粉	24	薑米素珍豆乾飯◎★	24	照燒雞扒包◎#配雞肉腸	33	沙爹牛肉撈烏冬@ (微辣)配麵筋	33	水果	30	☐	☐	☐	☐	☐	☐

食物敏感人士請小心選擇含以下符號之餐款：△蛋類◆奶類@木本堅果類#甲殼類★菇菌類◎豆類。
本公司採用優質去骨魚柳，但當中仍可能含有少量魚骨，請家長留意小心選擇。汁醬中、麵包及意式麵類含有麩質的穀類。
所有含奶類汁醬均為低脂成份。餐款不含椰汁、忌廉、椰奶、椰漿、花生、蠶豆成份。

學生姓名：_____ 班別：P.4 學生編號：110590099422
(12位數之丹尼學生編號)