



觀塘官立小學(秀明道)

2025年10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
☐訂購
☐不訂購

姓名:_____ 班別:_____ 學號:_____ 聯絡電話:_____

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。請用HB鉛筆或原子筆填寫

**不設散訂, 須全月訂購, 如欠選擇餐款, 則當作全部選擇『D』, 不另行通知

請注意: 若曾訂購過9月份的午膳, 款項
將在本月餐單一併收取, 敬請留意!!

日期	星期	素餐A餐	有營B餐	C餐(精選餐)	特式D餐	日期	A	B	C	D
2	四	照燒素魚扒配白飯(椰菜)	夏威夷汁肉片配糙米飯(木瓜)	黑椒蘑菇雞皇拼 芝士腸飯(木瓜)	台式肉燥(豬)魚肉卷米線(粟米)	2	☐	☐	☐	☐
3	五	濃茄百頁豆腐飯(合掌瓜)	菠蘿汁肉片配紅米飯(紹菜)	四式芝士雞皇配白飯(合掌瓜)	粟米汁菜肉餃(豬)配扭扭粉(合掌瓜)	3	☐	☐	☐	☐
8	三	羅漢上素枝竹配白飯(合掌瓜)	香草汁烤雞配紅米飯(合掌瓜)	蒜香蜜汁厚豬柳飯(粟米)	番茄豬肉碎野菜魚餅 配扭扭粉(粟米)	8	☐	☐	☐	☐
9	四	意式素肉丸飯(粟米)	粟米汁肉片配紅米飯(紹菜)	蜜糖黑椒雞皇拼煙腸飯(紹菜)	(小食餐)意式熱狗 配薑燒豚肉飯糰拼燒賣(粟米)	9	☐	☐	☐	☐
10	五	甜酸素東坡肉配白飯(南瓜)	四式芝士烤魚柳(含微骨) 配糙米飯(粟米)	日式薑燒雞下脾配白飯(南瓜)	濃茄火腿扒意粉配蒜蓉包(粟米)	10	☐	☐	☐	☐
13	一	拿破里汁素菜餃配意粉(椰菜)	香草白汁肉片配燕麥飯(紹菜)	西茄汁烤粟米雞肉餅 配白飯(紹菜)	番茄肉醬(牛)配意粉(椰菜)	13	☐	☐	☐	☐
14	二	日式昆布素肉片配白飯(椰菜)	中式蜜汁雞肉配紅米飯(椰菜)	糯米雞(豬及雞)	雪菜肉絲(豬)獅子狗配米線(椰菜)	14	☐	☐	☐	☐
15	三	素Pizza摺包配什菌雞心豆 通心米粉(粟米)	野菌汁肉片配藜麥飯(合掌瓜)	拿破里雞球配白飯(合掌瓜)	濃茄汁配菜肉餃(豬)扭扭粉(合掌瓜)	15	☐	☐	☐	☐
17	五	意式素雞扒配糙米飯(粟米)	鮮茄洋蔥肉片配白飯(粟米)	咖喱雞翼撻拼 魚肉卷配白飯(紹菜)	BBQ漢堡扒包配芝味腸絲意粉(粟米)	17	☐	☐	☐	☐
20	一	番茄素什錦扭扭粉 配蒸什菜包(粟米)	蘑菇汁滑雞配紅米飯(合掌瓜)	蜜桃汁肉片配白飯(合掌瓜)	日式雞肉包配和風豬肉燥米線(粟米)	20	☐	☐	☐	☐
21	二	粟米汁配素菜餃米線(粟米)	西班牙肉片配糙米飯(南瓜)	(新) 日式咖喱 (自製)雞胸肉漢堡扒飯(南瓜)	卡邦尼野菜魚餅意粉配提子餐包(粟米)	21	☐	☐	☐	☐
22	三	茄汁素魚扒配紅米飯(南瓜)	拿破里肉片配白飯(南瓜)	照燒雞拼漢堡扒飯(粟米)	千島粟米腸片Pizza 配白汁火腿意粉(粟米)	22	☐	☐	☐	☐
23	四	葡式素枝竹配白飯(椰菜)	香濃蘑菇魚柳(含微骨) 配糙米飯(合掌瓜)	蜜椒洋蔥雞球配白飯(合掌瓜)	原盅鱈魚雞肉餅蒸飯(粟米)	23	☐	☐	☐	☐
24	五	薑燒素三絲意粉 配植物肉素燒賣(粟米)	鮮茄肉片配紅米飯(南瓜)	卡邦尼火腿扒拼雞皇飯(粟米)	珍珠雞配雪菜肉絲(豬)米線(粟米)	24	☐	☐	☐	☐
27	一	香濃蘑菇野菜百頁 配白飯(合掌瓜)	中式薯仔牛肉配紅米飯(合掌瓜)	葡汁洋蔥雞皇配白飯(合掌瓜)	番茄豬肉碎野菜魚餅配扭扭粉(粟米)	27	☐	☐	☐	☐
28	二	菠蘿素雞扒配糙米飯(木瓜)	蒜香蜜汁雞皇配白飯(木瓜)	糯米雞(豬及雞)	照燒雞翼撻拼獅子狗配白飯(紹菜)	28	☐	☐	☐	☐
30	四	拿破里素什錦意粉 配香蒜餐包(粟米)	粟米汁魚柳(含微骨)配糙米飯(粟米)	鮮茄雞皇配白飯(椰菜)	燒汁雞肉飯糰配肉醬(牛)意粉(粟米)	30	☐	☐	☐	☐
31	五	日式昆布素肉片配白飯(椰菜)	卡邦尼肉片配粟米飯(椰菜)	瑞士汁雞下脾配白飯(粟米)	炸醬(豬)通心米粉配叉燒包(粟米)	31	☐	☐	☐	☐

請將此表格連同收據於9月18日(星期四)或之前交回班主任, 逾時恕不辦理!

飯盒價錢每天\$23.50 (共18天) 合共: \$423

注意事項: [1] 本月份缺席款項將於隔月餐單扣回

[2] 如學生或老師缺席, 需要取消當天之午膳服務

- 退餐方法1: 請自行致電活力午餐退餐進行退飯手續電話: 2357 9102 *退飯時間為當天早上8:00-9:30

- 退餐方法2: 請需於當天早上8:00~9:30 Whatsapp 文字訊息退餐熱線: 6516 8697 (只供作文字訊息退餐用途)

活力午餐查詢熱線: 2357 9102 *服務時間為上課日 上午9時至下午5時

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

: 此款食物含花生, 若對花生有敏感人士請勿選擇此款

: 此款食物含蠶豆, 若有葡萄糖一六一磷酸鹽脫氫酶缺乏症(G6PD Deficiency)人士請勿選擇此款

繳費資料附設於餐單背頁, 請依據「本月應繳費用」繳費