

# K1 - P2 Menu

# School of the Nations

Date 日期		Main Dish 1 主菜1	Main Dish 2 主菜2	Vegetables 時蔬	Staple 主食
1-10-2024	Tuesday	Holiday			
2-10-2024	Wednesday	Pan-fried Fish Fillet	Chicken Breast in white sauce	Stir-fried Broccoli	Butter Spaghetti
3-10-2024	Thursday	Steamed Tofu with Minced Pork	Braised Beef Brisket in Satay Sauce	Chinese cabbage	Rice
4-10-2024	Friday	Coconut Curry Chicken	Stir-fried Beef with Cucumber	Choi Sum	Rice
7-10-2024	Monday	Steamed Pork Patty with Shiitake Mushroom and Water Chestnut	Stir-fried Chicken with Courgette	Seasonal Vegetables	Rice
8-10-2024	Tuesday	Coconut Beef Brisket	Fried Egg with Crab Stick	Seasonal Vegetables	Rice
9-10-2024	Wednesday	Shredded Chicken	Minced Pork with Tofu	Seasonal Vegetables	Rice
10-10-2024	Thursday	Sweet and Sour Fish Fillet	Corn & Pork in White Sauce	Seasonal Vegetables	Fried Noodles with Soy Sauce
11-10-2024	Friday	Holiday			
14-10-2024	Monday	Pork Chop Cutlet	Chicken in Mixed Mushroom Sauce	Seasonal Vegetables	Spaghetti
15-10-2024	Tuesday	Braised Chicken with Mushroom	Steamed Egg with Minced Pork	Seasonal Vegetables	Rice
16-10-2024	Wednesday	Braised beef brisket in satay sauce	Pan Fried Lotus Root Cake	Seasonal Vegetables	Rice
17-10-2024	Thursday	Apricot Chicken	Sausage with Beans in Tomato Sauce	Seasonal Vegetables	Fried rice with egg
18-10-2024	Friday	Coconut Curry Chicken	Pork with Winter Melon	Seasonal Vegetables	Rice
21-10-2024	Monday	Steamed Pork Cake with Preserved Vegetables	Stir fried French Beans with Chicken	Seasonal Vegetables	Rice
22-10-2024	Tuesday	Hamburger	French Fries	Cherry Tomatoes and Broccoli	
23-10-2024	Wednesday	Teriyaki Chicken	Steamed Eggs	Seasonal Vegetables	Rice
24-10-2024	Thursday	Pork Chop With Onion	Chicken slices with cauliflower	Seasonal Vegetables	Rice
25-10-2024	Friday	Pan-fried Chicken Steak in Garlic Sauce	Minced Beef in Tomato Sauce with Egg	Seasonal Vegetables	Rice Noodles
28-10-2024	Monday	Sweet and Sour Fish Fillet	Scrambled Egg with Barbecued Pork	Seasonal Vegetables	Rice
29-10-2024	Tuesday	Hainanese Chicken	Fuzzy Melon with Minced Pork	Seasonal Vegetables	Rice
30-10-2024	Wednesday	Braised Beef Brisket in Satay Sauce	Stir-fried Shrimp with Beans	Seasonal Vegetables	Rice
31-10-2024	Thursday	Stewed Chicken with Bean Curd	Curry Fish Ball	Seasonal Vegetables	Rice
1-10-2024	(Tuesday)	Holiday	18-10-2024 (Friday)	Corn and Egg Soup	Soup
4-10-2024	(Friday)	Winter Melon and Barley Soup	22-10-2024 (Tuesday)	Italian Vegetable Soup	
8-10-2024	(Tuesday)	Apple Snow Pear Soup	25-10-2024 (Friday)	Seaweed Winter Melon Soup 海帶冬瓜湯	
11-10-2024	(Friday)	Holiday	29-10-2024 (Tuesday)	Miso Soup	
15-10-2024	(Tuesday)	Tomato and Potato Soup			

### P3 - F6 Menu

### School of the Nations

Date 日期		Main Dish 1 主菜1	Main Dish 2 主菜2	Vegetables 時蔬	Staple 主食
1-10-2024	Tuesday	Holiday			
2-10-2024	Wednesday	Minced Beef Portuguese Style	Steamed Pork Patty with Water Chestnut	Seasonal Vegetables	Rice
3-10-2024	Thursday	Salt Baked Chicken	Sliced Pork with Zucchini and Fungus	Seasonal Vegetables	Rice
4-10-2024	Friday	Pork Chop Cutlet	Scrambled Eggs with Tomatoes	Seasonal Vegetables	Spaghetti
7-10-2024	Monday	Pan-fried Fish Fillet	Pork & Corn in White Sauce	Seasonal Vegetables	Rice
8-10-2024	Tuesday	Stewed Chicken with Potato	Tomato Meat Sauce	Seasonal Vegetables	Penne
9-10-2024	Wednesday	Curry Beef Brisket	Steam Egg with Vermicelli and Minced Pork	Seasonal Vegetables	Rice
10-10-2024	Thursday	Chicken Satay	Stir-fried Pork with Zucchini	Seasonal Vegetables	Rice
11-10-2024	Friday	Holiday			
14-10-2024	Monday	Teriyaki Chicken Wing	Scrambled Egg with Barbecued Pork	Seasonal Vegetables	Rice
15-10-2024	Tuesday	Pork Chop With Onion	Curry Fish Ball	Seasonal Vegetables	Fried rice with egg
16-10-2024	Wednesday	Braised Chicken with Mushroom	Sliced Pork with Pumpkin	Seasonal Vegetables	Rice
17-10-2024	Thursday	Sweet and Sour Pork with Pineapple	Stir-fried Shrimp with Beans	Seasonal Vegetables	Rice
18-10-2024	Friday	Braised Beef Brisket in Satay Sauce	Fuzzy Melon with Minced Pork	Seasonal Vegetables	Rice
21-10-2024	Monday	Pork & Corn in White Sauce	Pan-fried Fish Fillet	Seasonal Vegetables	Rice
22-10-2024	Tuesday	Pork with Japanese Eel Sauce	Chicken Cubes with Cauliflower	Seasonal Vegetables	Rice
23-10-2024	Wednesday	Curry Beef Brisket	Sliced Pork with Cucumber	Seasonal Vegetables	Rice
24-10-2024	Thursday	Lemongrass Pork Chop	Fried Egg	Seasonal Vegetables	Fried Noodles with Soy Sauce
25-10-2024	Friday	Minced Pork	Coconut Curry Chicken	Seasonal Vegetables	Rice
28-10-2024	Monday	Chicken Steak	Fried Eggs with Crab Stick	Seasonal Vegetables	Rice
29-10-2024	Tuesday	Hamburger	French Fries	Cherry Tomatoes and Broccoli	Spaghetti Bolognese
30-10-2024	Wednesday	Pork Chops in Peking Sauce	Mapo Tofu	Seasonal Vegetables	Rice
31-10-2024	Thursday	Pork Chop Cutlet	Pork & Corn in White Sauce	Seasonal Vegetables	Rice

1-10-2024	( Tuesday )	Holiday	18-10-2024 ( Friday )	Corn and Egg Soup	Soup
4-10-2024	( Friday )	Winter Melon and Barley Soup	22-10-2024 ( Tuesday )	Italian Vegetable Soup	
8-10-2024	( Tuesday )	Apple Snow Pear Soup	25-10-2024 ( Friday )	Seaweed Winter Melon Soup	
11-10-2024	( Friday )	Holiday	29-10-2024 ( Tuesday )	Miso Soup	
15-10-2024	( Tuesday )	Tomato and Potato Soup			

# K1-P2菜單

聯合國學校

日期		主菜1	主菜2	時蔬	主食
	星期一				
2024年10月1日	星期二	假期	假期	假期	假期
2024年10月2日	星期三	香煎龍利魚	白汁燴雞胸肉	清炒西蘭花	牛油意粉
2024年10月3日	星期四	豆腐蒸免治豬肉	沙爹牛腩	白菜粒	白米飯
2024年10月4日	星期五	南洋椰香雞	青瓜炒牛肉	菜心	白米飯
2024年10月7日	星期一	香菇馬蹄蒸肉餅	翠玉瓜雞球	合時蔬菜	白米飯
2024年10月8日	星期二	南洋椰香牛腩	蚧肉炒蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月9日	星期三	手撕雞	肉碎扒豆腐	合時蔬菜	白米飯
2024年10月10日	星期四	糖醋魚塊	粟米肉粒	合時蔬菜	豉油皇炒麵
2024年10月11日	星期五	沙爹雞球	椰菜花肉片	合時蔬菜	白米飯
2024年10月14日	星期一	吉列豬扒	雜菌忌廉雞球	合時蔬菜	意粉
2024年10月15日	星期二	冬菇燴雞	肉碎蒸滑蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月16日	星期三	沙爹牛腩	蓮藕餅	合時蔬菜	白米飯
2024年10月17日	星期四	蜜桃雞球	茄汁豆雞肉腸	合時蔬菜	蛋炒飯
2024年10月18日	星期五	南洋椰香雞	冬瓜肉絲	合時蔬菜	白米飯
2024年10月21日	星期一	梅菜蒸肉餅	豆角炒雞球	合時蔬菜	白米飯
2024年10月22日	星期二	牛肉漢堡	薯條	西蘭花番茄仔	
2024年10月23日	星期三	燒汁雞扒	蒸水蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月24日	星期四	洋蔥豬扒	椰菜花雞片	合時蔬菜	白米飯
2024年10月25日	星期五	蒜香雞扒	鮮茄蛋免治牛肉	合時蔬菜	家鄉炒米粉
2024年10月28日	星期一	糖醋魚塊	叉燒炒蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月29日	星期二	海南雞扒	肉鬆節瓜莆	合時蔬菜	白米飯
2024年10月30日	星期三	沙爹牛腩	蝦仁四季豆	合時蔬菜	白米飯
2024年10月31日	星期四	腐竹燴雞	咖喱魚蛋	合時蔬菜	白米飯

24.10.01 (星期二)	假期	24.10.18 (星期五)	粟米蛋花湯	餐湯
24.10.04 (星期五)	冬瓜薏米湯	24.10.22 (星期二)	意大利雜菜湯	
24.10.08 (星期二)	蘋果雪梨湯	24.10.25 (星期五)	海帶冬瓜湯	
24.10.11 (星期五)	紫菜蛋花湯	24.10.29 (星期二)	日式麵豉豆腐湯	
24.10.15 (星期二)	番茄薯仔湯			

# P3-F6菜單

聯合國學校

日期		主菜1	主菜2	時蔬	主食
	星期一				
2024年10月1日	星期二	假期	假期	假期	假期
2024年10月2日	星期三	葡式干免治牛肉	馬蹄蒸肉餅	合時蔬菜	白米飯
2024年10月3日	星期四	鹽焗雞腿	雲耳翠玉瓜肉片	合時蔬菜	白米飯
2024年10月4日	星期五	吉列豬扒	鮮茄滑蛋	合時蔬菜	意粉
2024年10月7日	星期一	香煎龍利	粟米肉粒	合時蔬菜	白米飯
2024年10月8日	星期二	淡咖喱薯仔焗雞	鮮茄蓉肉醬	合時蔬菜	長通粉
2024年10月9日	星期三	咖喱牛腩	肉碎粉絲水蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月10日	星期四	沙爹雞球	翠玉瓜炒肉片	合時蔬菜	白米飯
2024年10月11日	星期五	洋蔥豬扒	豆角炒雞球	合時蔬菜	白米飯
2024年10月14日	星期一	燒汁雞亦	叉燒炒蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月15日	星期二	洋蔥豬扒	咖喱魚蛋	合時蔬菜	蛋炒飯
2024年10月16日	星期三	冬菇焗雞	南瓜肉片	合時蔬菜	白米飯
2024年10月17日	星期四	菠蘿咕嚕肉	蝦仁四季豆	合時蔬菜	白米飯
2024年10月18日	星期五	沙爹牛腩	肉碎節瓜甫	合時蔬菜	白米飯
2024年10月21日	星期一	粟米肉粒	香煎龍利魚	合時蔬菜	白米飯
2024年10月22日	星期二	日式鰻魚汁豚肉	椰菜花雞球	合時蔬菜	白米飯
2024年10月23日	星期三	咖喱牛腩	青瓜肉片	合時蔬菜	白米飯
2024年10月24日	星期四	香茅煎豬扒	太陽蛋	合時蔬菜	豉油皇炒麵
2024年10月25日	星期五	干免治豬肉	南洋椰香雞	合時蔬菜	白米飯
2024年10月28日	星期一	香煎雞扒	蟹柳炒蛋	合時蔬菜	白米飯
2024年10月29日	星期二	牛肉漢堡	薯條	西蘭花車釐茄	肉醬意粉
2024年10月30日	星期三	京都骨	麻婆豆腐	合時蔬菜	白米飯
2024年10月31日	星期四	吉列豬	粟米肉粒	合時蔬菜	白米飯

24.10.01 (星期二)	假期	24.10.18 (星期五)	粟米蛋花湯	餐湯
24.10.04 (星期五)	冬瓜薏米湯	24.10.22 (星期二)	意大利雜菜湯	
24.10.08 (星期二)	蘋果雪梨湯	24.10.25 (星期五)	海帶冬瓜湯	
24.10.11 (星期五)	紫菜蛋花湯	24.10.29 (星期二)	日式麵豉豆腐湯	
24.10.15 (星期二)	番茄薯仔湯			