


星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
<h1 style="text-align: center;">MARCH 2019</h1> <div style="text-align: center;">  <p>St. Patrick's Day</p> </div>				1	2
				豆腐玉米羹 雞玉米羹 (玉米糝) 洋蔥, 椰菜 生菜橙沙律	蔬菜湯 牛肉湯 白飯 (椰菜, 玉米, 意大利瓜)
				鮮果	鮮果
4	5	星期三聖灰日 6	7	8	9
紅燒素豆 紅燒牛肉 薯蓉 青豆, 洋蔥仔 蔬菜大麥湯	芝士玉米卷/霧尼汁 墨式霧尼雞 墨西哥飯 玉米 田園沙律	意大利水餃 / 茄味醬 芝士意式水餃 / 茄味醬 (意粉) 雜菜 意式豆湯	意式茄瓜 地中海魚 白飯 冬季雜菜 田園沙律	素肉餅 馬沙拉(酒)雞 馬鈴薯粒 菠菜 蔬菜沙律	墨西哥素肉丸 墨西哥牛肉丸 白飯 紅蘿蔔, 佛手瓜, 豆角
梨果	鮮果	橙	鮮果	鮮果	哈密瓜
11	12	13	14	15	16
甜酸豆腐 甜酸雞 白飯 西蘭花 蔬菜湯	素漢堡包 牛肉餅 / 肉汁 芝士焗薯片 青豆, 紅蘿蔔 芝士生菜沙律	三角豆素捲 巴馬遜(乾酪)雞 糙米飯 雜菜 豌豆湯	意式茄汁黃豆 意式茄汁火雞 意粉 雜菜 蔬菜沙律	素肉丸 焗魚 / 塔塔醬 白飯 青豆角 田園沙律	蔬菜湯 墨式燉魚 白飯 (椰菜, 玉米, 意大利瓜)
鮮果	鮮果	橙	鮮果	橘類水果	香蕉
聖帕特里克節 18	19	20	21	22	23
俄式黃豆粒 鹹牛肉 焗馬鈴薯 紅蘿蔔, 椰菜	素焗蛋 墨式雞 糙米飯 抱子甘藍菜 田園沙律	釀青椒 焗火雞 / 肉汁 紅馬鈴薯 青豆角 番茄九層塔湯	豆腐炒麵 雞炒麵 (麵) 西蘭花 菠菜湯	素墨西哥煎玉米粉捲沙律 辣味青檸檬魚 白飯 菠菜 黑豆玉米沙律.	素菜湯 墨式雞湯 白飯 (三角豆, 豆角椰菜)
雜果	鮮果	橙	鮮果	鮮果	鮮果
25	26	27	28	29	30
咖喱豆腐 椰汁咖喱雞 飯 亞式雜菜 亞式磨菇湯	釀意大利 磨菇牛內 香蒜薯蓉 雜菜 蔬菜沙律	田園意粉 田園意粉 (意粉) 西蘭花 扁豆湯	黃豆玉米捲 牛肉玉米卷 斑豆 雜菜 番茄, 生菜 麵粉玉米餅 橘類水果	中東三角豆餅 檸檬香草魚 有味飯 青豆角 田園沙律	粘果酸漿豆腐湯 粘果酸漿燉豬肉 白飯 (椰菜, 佛手瓜, 紅蘿蔔)
鮮果	鮮果	鮮果	鮮果	香蕉	鮮果