

21 天膳食餐單

| 日期 | 早餐 主菜 + 飲品 (2 款) | 午餐 主菜 + 湯 + 水果 | 晚餐 主菜 + 甜品 + 飲品 (1 款) |
|-------------------------------|---|--|--------------------------|
| 星期四 11/3 1/4 | A 鮮雜果沙律及迷你班戟 B 鮮牛肉茄汁通粉配蟹籽蒸燒賣 C 豉油皇炒麵及熱豆漿(素) | 水果: 西瓜 湯: 南瓜甘笋西米湯 或 冬瓜清補涼雞湯 甜品: 鮮雜果沙律 主菜: A 凱撒沙律伴鮮蝦及芒果 B 菠蘿咕嚕火雞配飯 C 燒鴨拼油雞配飯 D 日式烤魚柳伴烤南瓜及飯 E 素菜千層麵(素) F 香辣燒雞腿配飯 | |
| 星期五 12/3 2/4 | A 焗雞蛋配煙肉、焗豆及丹麥包 B 雞粥配蒸蘿蔔糕 C 蘑菇奄列配香蕉鬆餅及焗豆(素) | 水果: 蜜瓜 湯: 粟米黃薑忌廉湯 或 椰子雞湯 甜品: 楊枝甘露 主菜: A 咖喱蟹肉炒飯 B 雪菜火鴨絲炆米粉 C 燒排骨拼牛腩配飯 D 炸紫蘇魚柳配白飯及他他汁 E 野菌忌廉汁直通粉(素) F 印式烤雞配飯 | |
| 星期六 13/3 3/4 | A 吞拿魚雞蛋沙律三文治配熱鮮奶麥皮 B 五香肉丁麵配蟹籽蒸燒賣 C 法式多士配薯餅及熱鮮奶麥皮(素) | 水果: 菠蘿 湯: 瑞士薏米忌廉湯 或 老黃瓜扁豆唐排湯 甜品: 草莓忌廉蛋糕 主菜: A 香橙甜菜頭沙律伴意大利黑醋汁 B 豉椒排骨炒麵 C 燒鴨紅腸拼咸蛋配飯 D 紅酒慢煮牛尾配飯 E 香草蘑菇茄汁幼蛋麵(素) F 印尼炒飯配雞肉沙嗲串 | |
| 星期日 14/3 4/4 | A 炒蛋配火腿及低脂鮮果乳酪 B 餐肉蛋湯米粉及香滑奶皇包 C 鮮雜果沙律配玉米片,低脂鮮果乳酪(素) | 水果: 哈密瓜 湯: 香茅番茄湯 或 海底椰雪梨唐排湯 甜品: 洛神花山渣茶 主菜: A 黑椒洋蔥豬扒配飯 B 櫻花蝦炒飯 C 蜜汁叉燒拼油雞湯米粉 D 地中海燒雞配藜麥飯 E 意式辣番茄醬蘑菇天使麵(素) F 印度咖喱牛肉配飯 | |
| 星期一 15/3 5/4 | A 煙肉雞蛋香腸卷餅及低脂鮮果乳酪 B 瑞士雞翼公仔麵及脆皮炸春卷 - 龍逸軒精選 C 香菇奄列, 熱鮮奶麥皮及燒車梨茄 (素) | 水果: 香蜜梨 湯: 地中海式白豆蓉湯 或 蟹肉粟米羹 甜品: 紅桑子雲尼娜奶凍 主菜: A 滷心蛋蟹肉沙律配粟米粒, 小茄子, 青瓜, 焗蛋及蘋果 B 咖喱肉碎生菜包飯 C 福建海鮮炒飯 D 燒鴨拼豉油雞飯 E 時令素菜番茄燴長通粉 (V) F 黑椒牛仔骨配香草燒薯及時蔬 | |

21 天膳食餐單

| 日期 | 早餐 主菜 + 飲品 (2 款) | 午餐 主菜 + 湯 + 水果 | 晚餐 主菜 + 甜品 + 飲品 (1 款) |
|---------------------|--|---|--------------------------|
| 星期二 16/3 6/4 | <p>A 焗意大利香腸芝士牛角包及西瓜</p> <p>B 龍逸軒精選早餐 (白粥, 招牌 XO 醬炒腸粉及蟹籽蒸燒賣)</p> <p>C 法式多士, 薯餅及香草扒番茄 (素)</p> | <p>水果: 紅蘋果</p> <p>湯: 藜麥粟米周打忌廉湯 或 青紅羅白煲唐排</p> <p>甜品: 陳皮紅豆沙</p> <p>主菜:</p> <p>A 芒果凱撒沙律伴香草烤雞柳</p> <p>B 素菜番茄炒飯 (素)</p> <p>C 西檸雞配時菜及白飯</p> <p>D 瑞士雞翼拼燻蹄及紅腸飯</p> <p>E 日式照燒魚柳飯配烤南瓜</p> <p>F 西西里式烤雞扒配烤香草薯及意瓜</p> | |
| 星期三 17/3 7/4 | <p>A 瑞士凍燕麥伴香蕉, 焗豆及丹麥包</p> <p>B 味噌野菜湯烏冬及松子素粉粿 (素)</p> <p>C 煙肉雞蛋焗薯皮, 焗豆及丹麥包</p> | <p>水果: 香蕉</p> <p>湯: 蟹肉番茄湯 或 猴頭菇雪耳煲唐排</p> <p>甜品: 朱古力布朗尼蛋糕</p> <p>主菜:</p> <p>A 小龍蝦蟹籽蛋沙律三文治</p> <p>B 生炒臘味糯米飯</p> <p>C 豉汁涼瓜炒黑豚肉炒米粉</p> <p>D 蜜汁叉燒拼燒鴨飯</p> <p>E 葡汁焗魚柳伴薯蓉及烤時蔬</p> <p>F 毛豆藜麥素菜意大利飯伴南瓜汁 (素)</p> | |
| 星期四 18/3 8/4 | <p>A 溏心蛋番茄牛油果沙律及菠蘿 (素)</p> <p>B 香茅豬扒湯通粉及晶瑩鮮蝦餃</p> <p>C 煙三文魚炒蛋, 焗豆及燒車梨茄</p> | <p>水果: 西瓜</p> <p>湯: 蘭吐豆什菜雞湯 或 雪耳魚蓉羹</p> <p>甜品: 番薯糖水</p> <p>主菜:</p> <p>A 芒果鮮蝦沙律</p> <p>B 羅白炆牛腩配白飯及時菜</p> <p>C 粟米斑塊配白飯及時菜</p> <p>D 燒鴨紅腸拼咸蛋飯</p> <p>E 香菇素菜茄汁長通粉 (素)</p> <p>F 香茅豬扒伴香草燒薯及時菜</p> | |
| 星期五 19/3 9/4 | <p>A 英式煙三文魚芝士鬆餅及火龍果</p> <p>B 豉油皇炒麵及 蟹籽蒸燒賣 - 龍逸軒精選</p> <p>C 西班牙奄列配薯餅及香蕉鬆餅 (素)</p> | <p>水果: 中國梨子</p> <p>湯: 粟米西蘭花忌廉湯 或 佛手瓜甘笋栗子煲唐排</p> <p>甜品: 香橙朱古力慕絲凍</p> <p>主菜:</p> <p>A 甜菜番茄芝士沙律伴鮮橙柳 (素)</p> <p>B 蟲草花鮮菇杞子蒸雞配白飯</p> <p>C 三色椒豉汁牛肉炒河粉</p> <p>D 燒排骨拼牛腩飯</p> <p>E 首爾慢燉牛尾湯配粉絲</p> <p>F 芝士焗魚柳配燒紫薯及時菜</p> | |
| 星期六 20/3 10/4 | <p>A 鮮什果沙律及瑞士凍燕麥 (素)</p> <p>B 越南扎肉香腸湯米粉及金勾咸水角</p> <p>C 炒蛋配腸仔, 迷你鬆餅及香草燒薯</p> | <p>水果: 菠蘿</p> <p>湯: 蟹肉南瓜蓉湯 或 霸王花蘋果雪耳煲唐排</p> <p>甜品: 班蘭椰汁西米布甸</p> <p>主菜:</p> <p>A 蟹肉鮮蝦番茄芝士墨西哥卷</p> <p>B 糖醋排骨飯配時菜</p> <p>C 腊味蒸雞飯</p> <p>D 蜜汁叉燒拼燒鴨湯瀨粉</p> <p>E 香草蘑菇茄汁幼蛋麵 (素)</p> <p>F 匈牙利燴牛肉伴黑松露薯蓉</p> | |

21 天膳食餐單

| 日期 | 早餐 主菜 + 飲品 (2 款) | 午餐 主菜 + 湯 + 水果 | 晚餐 主菜 + 甜品 + 飲品 (1 款) |
|---------------------|--|--|--------------------------|
| 星期日 21/3 11/4 | <p>A 溏心蛋紫薯南瓜沙律及鮮奶玉米片(素)</p> <p>B 雞粥 + 招牌龍逸軒精選點心：蟹籽蒸燒賣, 晶瑩鮮蝦餃, 松子素粉粿</p> <p>C 日式早餐 (麵豉湯, 紫菜蛋卷, 照燒鯖魚柳配白飯)</p> | <p>水果: 美國蜜瓜 湯: 龍蝦湯 或 花膠烏雞煲海底椰湯 甜品: 杞子桂花糕 主菜:</p> <p>A 水晶燕窩香芒龍蝦沙律 B 原隻鮑汁鮑魚, 冬菇雞粒飯 C 皇牌 XO 醬乾炒和牛河 D 豉油皇乳鴿飯 E 香煎羊扒伴香草薯及黑松露紅酒汁 F 焗味噌三文魚柳伴香菇, 時菜及白飯</p> | |
| 星期一 22/3 12/4 | <p>A 吞拿魚蛋沙律三文治配熱鮮奶麥皮及西瓜</p> <p>B 珍珠雞及脆皮炸春卷</p> <p>C 番茄奄列配熱鮮奶麥皮及西瓜(素)</p> | <p>水果: 鮮雜果沙律 湯: 羅宋湯 或 鱈魚節瓜唐排湯 甜品: 意大利芝士餅 主菜:</p> <p>A 軟芝士煙三文魚三文治 B 雲腿扒娃娃菜配飯 C 咖喱牛肉炒飯 D 蜜汁叉燒拼豉油雞配飯 E 香辣番茄汁意粉(素) F 焗菠蘿豬扒飯</p> | |
| 星期二 23/3 13/4 | <p>A 火腿湯通粉及炒蛋</p> <p>B 白粥、招牌 XO 醬炒腸粉及蟹籽蒸燒賣</p> <p>C 法式多士配薯餅及熱鮮奶麥皮(素)</p> | <p>水果: 蘋果 湯: 大蒜薯仔忌廉湯 或 粉葛赤小豆鯪魚湯 甜品: 冰花雪耳燉萬壽果 主菜:</p> <p>A 茼蒿銀芽肉絲炒麵 B 菠蘿咕嚕魚柳配飯 C 燒鴨拼燻蹄配飯 D 牛肉漢堡(煙肉、車打芝士、生菜、番茄、洋蔥及酸瓜)配薯條 E 黑松露野菌忌廉汁直通粉(素) F 日式照燒雞肉配飯</p> | |
| 星期三 24/3 14/4 | <p>A 焗雞蛋配煙肉及薯餅配熱鮮奶麥皮</p> <p>B 午餐肉湯米粉配松子素粉粿</p> <p>C 烤素菜三文治及鮮雜果沙律(素)</p> | <p>水果: 香蕉 湯: 蜆肉周打忌廉湯 或 蜜瓜雪耳雞湯 甜品: 芒果布甸 主菜:</p> <p>A 吞拿魚番茄芝士墨西哥卷 B 雙菇炆伊麵(素) C 生炒牛肉飯 D 越式牛肉湯河 E 米蘭式煎魚柳配意粉 什椒絲 F 吉烈豚肉配飯</p> | |
| 星期四 25/3 15/4 | <p>A 黑椒牛肉蛋三文治配低脂鮮果乳酪</p> <p>B 叉燒湯銀針粉配晶瑩鮮蝦餃</p> <p>C 水波蛋配番茄多士、粟米及密瓜(素)</p> | <p>水果: 西瓜 湯: 藜麥紅腰豆蓉湯 或 人蔘雞湯 甜品: 鮮雜果沙律 主菜:</p> <p>A 凱撒沙律伴蜜桃鮮蝦及煙鴨胸 B 豉椒牛肉配飯 C 蟹粉蟹肉炒米粉配時菜 D 燒鴨拼油雞配飯 E 炸魚柳漢堡(生菜、番茄及洋蔥)配薯條 F 素菜千層麵(素)</p> | |

21 天膳食餐單

| 日期 | 早餐 主菜 + 飲品 (2 款) | 午餐 主菜 + 湯 + 水果 | 晚餐 主菜 + 甜品 + 飲品 (1 款) |
|-------------------------|--|---|--------------------------|
| 星期五 26/3 16/4 | A 焗雞蛋配煙肉及焗豆 B 家鄉炒米粉及蠔皇叉燒包 C 蘑菇奄列配香蕉鬆餅及焗豆(素) | 水果: 哈密瓜 湯: 意大利菜湯 或 涼瓜黃豆蠔豉湯 甜品: 椰汁紫米米露 主菜: A 欖菜肉碎四季豆配飯 B 粟米滑蛋牛肉飯 C 蜜汁叉燒拼牛腩配飯 D 香煎魚柳伴辣番茄汁配薯蓉 E 野菌忌廉汁直通粉(素) F 韓式甜酸炸雞配飯 | |
| 星期六 27/3 17/4 | A 鮮雜果沙律及迷你班戟 B 火腿湯通粉及金勾咸水角 C 蘑菇奄列配迷你班戟及瑞士凍燕麥(素) | 水果: 菠蘿 湯: 蘭吐荳香草雞湯 或 雪耳魚蓉羹 甜品: 藍莓芝士餅 主菜: A 蟹肉蟹子蛋沙律香草意大利包 B 廈門炒米粉 C 油雞紅腸拼咸蛋配飯 D 紅酒慢煮牛尾配飯 E 香草蘑菇茄汁幼蛋麵(素) F 麻辣四川雞配飯 | |
| 星期日 28/3 18/4 | A 炒蛋配腸仔、焗豆、牛角包及丹麥包 B 沙爹牛肉麵配晶瑩鮮蝦餃 C 炒蛋配香蕉鬆餅及西瓜(素) | 水果: 蜜瓜 湯: 匈牙利牛肉什菜湯 或 老黃瓜扁豆唐排湯 甜品: 羅漢果麥冬雪梨茶 主菜: A 凱撒沙律伴烤黑椒吞拿魚香芒及南瓜 B 蟹肉草菇扒西蘭花配飯 C 羅漢齋炒麵(素) D 燒排骨拼燒鴨湯油麵 E 地中海燒雞扒配藜麥飯 F 青檸香草牛油扒魚柳伴薯蓉及時蔬 | |
| 星期一 29/3 19/4 | A 黑松露雞蛋沙律火雞三文治配低脂鮮果乳酪 B 火腿湯通粉及菠蘿包 C 素菜番茄炒飯及密瓜(素) | 水果: 鮮雜果沙律 湯: 蟹肉西蘭花忌廉湯 或 羅漢果西洋菜唐排湯 甜品: 草莓忌廉蛋糕 主菜: A 星洲炒米粉 B 福建炒飯 C 蜜汁叉燒拼豉油雞配飯 D 泰式燒豬頸肉配香草薯粒 E 香草鮮茄素菜意粉(素) F 野菌栗子燴火雞配意粉 | |
| 星期二 30/3 20/4 | A 焗雞蛋配煙肉、番茄及熱鮮奶麥皮 B 午餐肉湯米粉配松子素粉糰 C 水波蛋配番茄多士、迷你班戟及菠蘿(素) | 水果: 蘋果 湯: 野菌蘑菇忌廉湯 或 蟹肉粟米羹 甜品: 豆腐花 主菜: A 滑蛋蝦仁炒飯 B 魚香茄子炆伊麵 C 燒鴨拼燻蹄配飯 D 炸魚柳漢堡(生菜、番茄及洋蔥)配薯條 E 黑松露野菌忌廉汁直通粉(素) F 泰式紅咖哩燴牛尾配飯 | |

21 天膳食餐單

| 日期 | 早餐 主菜 + 飲品 (2 款) | 午餐 主菜 + 湯 + 水果 | 晚餐 主菜 + 甜品 + 飲品 (1 款) |
|-------------|---|--|--------------------------|
| 星期三 31/3 | A 炒蛋配火腿、腸仔、牛角包及丹麥包 B 叉燒湯銀針粉配山竹牛肉球 C 鮮雜果沙律配玉米片及低脂鮮果乳酪(素) | 水果: 香蕉 湯: 瑞士雜菜湯 或 蘋果雪耳唐排湯 甜品: 木糠布甸 主菜: A 菜遠牛肉河粉 B 西蘭花扒雙菇配飯(素) C 豉油雞肚腩拼燒鴨湯瀨粉 D 美式燒豬排骨配飯 E 法式煎魚柳配香草薯粒 F 馬來西亞咖哩雞配飯 | |

(素) - 素食

| 飲品選擇 | | | | | | |
|--------|-----------|---------|----------|---------|----------|----------|
| 1. 咖啡 | 2. 英式早餐紅茶 | 3. 港式奶茶 | 4. 中國香片茶 | 5. 綠茶 | 6. 檸檬茶 | 7. 檸檬水 |
| 8. 維他奶 | 9. 麥精 | 10. 橙汁 | 11. 提子汁 | 12. 蘋果汁 | 13. 全脂鮮奶 | 14. 脫脂鮮奶 |