慧馨

1700元/日 青春水漾

葷食 月子膳食

早餐

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
元氣主食	香菇牛蒡菜飯	法式焗烤起司厚片	荷葉糯米粽	起司雞肉捲	照燒鰻魚黑龍捲	鮭魚炒飯	焗烤南瓜飯
美味特選	洋蔥雞柳	鮮蝦白酒洋蔥	桂圓烘蛋	紅藜透抽	根莖蔬菜炒肉片	法式烘蛋	雞肉球
高鮮時蔬	鮮炒時蔬	酸奶綠花雙色彩椒沙拉	鮮炒時蔬	優格水果沙拉	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	烤揶香芋丁
湯品	精力海味湯	四君子黑豆燉排骨湯	歸耆鱸魚湯	四物雞湯	肉骨茶湯	香菇雞湯	番茄海鮮濃湯
點心	薏仁雙豆飲	養顏海燕窩	冰糖蓮子湯	核桃露	首烏芝麻糊	薏仁湯	紅豆麥片湯
飲品	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶
飲品	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶

午餐

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
元氣主食	十穀養生飯	爐烤鰻魚山藥十穀飯	十穀養生飯	奶香蔬菜燴飯	鮑魚粥	十穀養生飯	十穀養生飯
美味特選	和風黑醬烤牛肉杏鮑菇	和風醬烤嫩排	糖醋肉丸子	三杯雞	迷迭香雞丁	藥膳滷牛三寶	彩繪雞肉
美味特選	甜豆蝦仁	蟲草蒸明蝦	木耳燴三鮮	蟲檸檬香煎肉魚	夏多納白酒海鮮	海鹽烤午魚	和風海鮮煲
高鮮時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬
湯品	蟲草燉雞湯	骨碎補燉元蹄	何首烏燉雞湯	木瓜豬腩煲	清涼補煲豬雜湯	蛤蠣南瓜濃湯	肉骨茶湯
點心	水果燕麥粥	芝麻凍	甜酒釀湯圓	花生甜粥	紫米蓮子甜湯	南杏蜜棗燉木瓜	冰糖蓮子湯
水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果
飲品	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲

晚餐

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
元氣主食	藜麥養生飯	芝麻栗子飯	紅豆地瓜飯	燕麥小米飯	雜菇養生飯	活力蔬菜飯	堅果鮭魚養生飯
美味特選	忘憂炒珍寶	蜜汁烤雞腿	蔥燒子排	番茄燉豬小腿	脆皮烤雞捲	照燒雞腿	貴妃排骨
美味特選	香蒜燴魚柳	清蒸三角魚	麻油炒腰花	藥膳魚柳	豆酥鱈魚	甜豆蝦仁	陳皮香魚
高鮮時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬
湯品	杜仲黑棗豬腰湯	四神排骨湯	百合潤肺湯	麻油雞湯	通乳花生豬腳湯	杜仲黑棗豬腰湯	麻油雞湯
點心	紅棗桂圓銀耳湯	九尾草雞湯	老薑黑糖地瓜湯	六君子海味湯	紅豆湯	味噌海鮮湯	椰漿紫米粥
飲品	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶

慧馨

1700元/日 青春水漾

素食 月子膳食

早餐

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
元氣主食	香椿炒飯	三明治	養生美顏燕麥粥	墨西哥蔬菜捲	書香麵線	雙色飯糰	台式炒麵
美味特選	味噌燒百頁	桂圓烘蛋	法式烘蛋	西式奶油炒蛋	茶碗蒸	香草杏鮑菇	和風素滷
高鮮時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬
湯品	蘆筍鮮菇豆漿鍋	南瓜濃湯	百合南杏素湯	奶油蘑菇濃湯	藥膳素湯	巴戟天素湯	歸耆素湯
點心	紅豆花生甜湯	冰糖蓮子湯	薏仁花生甜湯	紫米芝麻糊	紅棗雙薯	紅豆麥片湯	紫山藥桂圓甜湯
飲品	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶
飲品	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶	泌乳茶

午餐

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
元氣主食	十穀養生飯	十穀養生飯	十穀養生飯	十穀養生飯	十穀養生飯	十穀養生飯	十穀養生飯
美味特選	肉桂咖哩	百合炒素肉	茶香百頁	香椿豆腐	四色拼盤	南瓜炒百合	宮爆素丁
美味特選	茯苓燜南瓜	五味杏鮑菇	薏仁燴雙丁	金碧輝煌	香菇素鮮	牛蒡炒彩椒	雙菇映彩霞
高鮮時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬
湯品	四君子黑豆湯	猴頭菇燉素湯	歸地素羊肉湯	青木瓜素湯	白果薏仁素肚湯	菠菜素鮮湯	六君子燉菇湯
點心	紅豆桂圓糯米粥	三元湯	養顏海燕窩	椰奶酒釀甜湯	南杏蜜棗燉木瓜	紅棗蓮子甜湯	花生甜湯
水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果
飲品	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲	止渴飲

晚餐

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
元氣主食	八寶養生飯	芝麻栗子飯	紅豆地瓜飯	枸杞飯	藜麥養生飯	活力蔬菜飯	南瓜飯
美味特選	女貞子鮮菇煲	南瓜粉絲煲	紅糟肉	荷蹄炒香肚	營養五色蔬菜	山藥豆皮捲	白果炒素丁
美味特選	茶香子排	可口粉捲	香菇水蓮	蓮藕素肉	枸杞紅燒素鰻	五彩黑豆	金黃杏鮑菇
高鮮時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬	鮮炒時蔬
湯品	杜仲黑棗燉素湯	黃金蔬菜湯	麻油素雞湯	金針腰果湯	沙竹素鮮湯	麻油素腰湯	蘇格蘭鮮蔬湯
點心	紅棗桂圓銀耳湯	四物素雞湯	老薑黑糖地瓜湯	天麻補腦湯	紅豆湯	木瓜煲素湯	椰漿紫米粥
飲品	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶	養肝茶