



FIT FOR LIFE  
Lunch & Catering Services

信譽  
盈信

便利店繳款用  
條碼及編號

◎後備餐單◎

電話:26622202 傳真:26622623



2023年 7月份餐單	沙田公立學校		如學生對某些食物敏感，請在下方填寫：	
學生姓名：	A二	PDS 9289	首次使用繳費靈請先致電“18013”登記賬單，本公司商戶編號“9289”，賬單號碼為左方9位數字的個人餐單編號。 請致電“18033”或互聯網(www.ppskh.com)按指示付款後，記錄6位付款確認號碼在下方付款方式底線上，以便查核。繳費靈查詢熱線 2311-9876。 繳款日期： 繳款編號： 繳款金額：	
班別：			HK\$23.5/餐 逢星期二附上 水果一次	
個人餐單編號 (繳費靈專用)	VnGO	請於本港任何一間“7-ELEVEN”、“OK 便利店”、“VanGO”或“華潤萬家超市”以現金繳款。繳款時請出示印有條碼之個人餐單。 <b>家長請自行拍攝便利店收據作記錄，並請將收據正本連同餐單一併交回學校。</b>		7月訂餐共7天
家長聯絡電話：		應付金額：膳後付款		全月餐費 HK\$164.5
截止繳交日期： 6月26日(星期一)前交回學校		1. 逾期繳交餐單首星期將會被安排“A”餐 2. 必須全月訂購。		

日期	星期	A 飯餐	B 粉麵餐	C 營養餐	E 素食餐
3/7	一	粟米龍脷柳飯	肉醬豬扒燴意粉	香菇蒸蛋配雞柳五穀飯	鮮茄豆卷配時菜五穀飯
4/7	二	沙嗲豬扒飯(微辣)	粟米雞柳燴扁意粉	時菜肉丁燴豆腐配糙米飯	什菜南瓜雞心豆飯
5/7	三	白菌雞肉飯	時菜豬肉球配什菜烏冬	北菇蒸滑雞配紅米飯	茄子扒豆腐配紅米飯
6/7	四	鮮菇燴肉粒飯	薯仔甘筍燴雞扒通心粉	蕃茄牛肉飯	香菇節瓜豆干配十穀飯
7/7	五	三色什菜肉碎炒飯(走蛋)			
12/7	三	低脂芝士汁雞件飯	粟米牛肉配撈麵	肉碎豆腐燴魚腐配十穀飯	什菜雙菇伊麵配豆干燴時菜
13/7	四	時菜雞粒飯	蕃茄豬扒螺絲粉	珍珠筍燴肉粒飯	時菜燴鮮竹腐皮配粟米飯

- 備註：① 所有餐款均不含蠶豆成份 ② 咖喱、黑椒及沙爹汁等都帶微辣成份  
③ 芡汁均為自家製造，都不含椰汁、椰醬、忌廉、全脂奶及淡奶  
④ 不含油炸食物，全以烤製方式處理 ⑤ 所有午膳飯盒禽肉都為全去皮。

⑥ 本公司所提供都是優質去骨魚柳，但當中仍可能含有少量魚骨，請家長因應學生進食能力，留意選擇。

致敏源食品代號

- 魚類 蛋類 甲殼類  
菇類 花生 牛肉



填寫方法指引↓  
正確 正確 不accept 不accept 不accept  
本餐單將採用電腦自動掃描方式輸入資料，請依指引小心填寫，若填寫錯誤，可使用塗改液或塗改帶，把錯誤覆蓋成空白，請用藍色或黑色原子筆填滿空格，若用鉛筆填寫，請盡量用深色鉛筆，請勿用紅色筆或螢光筆填寫，請勿重複選擇。

A	B	C	E	日期
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	一 3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	二 4
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	三 5
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	四 6
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	五 7
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	三 12
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	四 13



請注意：以下錯誤填寫，系統將自動選擇為A餐  
1) 填寫選擇多於一項  
2) 完全沒有填寫選擇  
3) 沒有依據以上正確填寫方法