

餐品定價:
 淨 湯: \$48
 淨 飯: \$39
 湯飯套餐: \$59
 數量有限,售完即止。

訂餐方法:
 1) 電話 21913133
 (售完即止)
 2) 傳真 21913882
 (截單 10:30)
 3) 網上訂購
 (截單 10:30)
 4) 我要外賣Apps
 (截單 10:00)

COUPON 優惠
 湯飯套票: \$660/12張
 (有效期為2個月)
 每券可兌換1湯+1飯, 平均\$55
 淨湯套票: \$540/12張
 (有效期為2個月)
 每券可兌換1湯, 平均每支\$45
 3人套票: \$960/6張
 (有效期為2個月)
 每券可兌換3湯+3飯, 平均\$53.3



我最喜愛食肆 2015

訂餐熱線及接單時間:
21913133
 星期一至五, 9am-7pm
www.smartsoup.com

【靚湯 · SOUP'ER' Warm 到會服務!】

歡迎查詢 WhatsApp: 97327412



靚湯工房現提倡每週一素食，除了讓我們的身體每週有一天清理腸胃的機會外，更可保護地球，為減少碳排放出一分力，為自己，為地球，齊來支持每週一素食。



LIKE US ON facebook

了解更多靚湯健康資訊




隨時隨地 訂單自選 多日訂購

歡迎使用網上訂購
www.smartsoup.com

芳姐最新著作： 《樂齡好體質》

強健體魄食療方

想安渡晚年 體魄強健 健康享受每一天 絕非難事



靚湯優惠價：
HK\$98 (原價: HK\$108)

新書於各大書店有售

誠意推介芳姐著作

本書專為手術前及手術後的病者編寫。全書共70多款茶飲、湯品及餸菜，全部用上天然食材，美味又富營養，讓關心病人的家屬容易採購食材烹煮，亦讓病患者感受到家人的關心和愛護，加快身體康復!

各大書局有售, 售價\$98 靚湯優惠價 \$88

誠意推介芳姐其他著作

靚湯優惠價: HK\$58 原價: HK\$68
 靚湯優惠價: HK\$88 原價: HK\$98

《每天一杯養生茶2》
 《滋補甜品店》

《坐月天書》
 《懷孕天書》
 《100保健湯水·茶飲》
 《女性調補天書》

以上書刊各大書局及靚湯工房有售

姓名: _____ 電話: _____ 送餐時間: _____

地址: _____



01月11日(一) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 螺片栗子合桃蓮藕無花果黑豆紅棗陳皮煲雞湯(補益脾胃)
 B. 瑤柱螺片霸王花龍皇杏否無花果佛手瓜煲瘦肉湯(潤肺清熱)
 1. 茶香蜜糖雞翼飯 醬爆回鍋肉飯-微辣
 2. 粉絲肉鬆蒸水蛋飯 3. 北菇馬蹄蒸肉餅飯

01月12日(二) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠瑤柱鮑片冬菇茶樹菇圓肉紅蘿蔔煲雞(益胃生津)
 B. 瑤柱螺頭五指毛桃蓮藕百合陳皮煲豬展(健脾化濕)
 1. 越式蔥油雞球飯 2. 鎮江豬軟骨飯
 3. 星洲炒米-微辣 4. 梅菜蒸肉餅飯

01月13日(三)是日初十 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 鮑片瑤柱黨蔘北其圓肉杞子紅棗豬尾骨煲雞(補氣補血)
 B. 雪耳木瓜花生蓮子紅蘿蔔粟米素菜湯(清潤美肌) 素
 1. 柚子蜜雞扒飯 2. 家鄉煎餅飯
 3. 素蠔油金針雲耳干燒伊麵 素 4. 蟲草花蒸肉餅飯

01月14日(四) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠瑤柱鮑片金華火腿竹筍雪耳煲雞(健胃養顏)
 B. 鮑片赤芝川貝枇杷葉蘋果無花果螺片南北杏煲瘦肉(清喉潤肺)
 1. 巴東薯仔雞飯-少辣 2. 蜜桃生炒排骨飯
 3. 魚香肉鬆豆腐飯 4. 金粟蓮藕蒸肉餅飯

01月15日(五) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 蟲草花螺頭淮山杞子紅棗陳皮紅蘿蔔煲雞湯(補腎護肝)
 B. 西洋菜瑤柱螺片陳腎甘筍粟米南北杏陳皮煲西施骨(清肝潤燥)
 1. 冬菇紅棗蒸滑雞飯 2. 香草鮮茄磨菇豬扒飯
 3. 臘味糯米飯 4. 章魚雞粒蒸肉餅飯

01月18日(一)每週1素 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠蟲草菌淮山杞子栗子紅腰豆蜜棗陳皮豬骨鷓鴣湯(保健強身)
 B. 猴頭菇葛赤小豆扁豆紅蘿蔔粟米素菜湯(清肝祛濕) 素
 1. 臘腸蒸滑雞飯 2. 黑糖醋魚柳飯
 3. 櫻菜素肉絲炒豆角飯 素 4. 瑤柱蒸肉餅

01月19日(二) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 象拔蚌螺頭瑤柱淮山蓮子茨實杞子圓肉紅棗煲竹絲雞湯(增強體質)
 B. 螺片海底椰無花果龍皇杏否百合粟米粟子煲豬展(清肝潤肺)
 1. 葡國薯仔雞飯 2. 蒜香豬扒配菜飯
 3. 麻婆雞粒豆腐飯-微辣 4. 咸蛋馬蹄蒸肉餅

01月20日(三) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠鮑片沙參玉竹百合麥冬雪梨蘋果豬展煲雞湯(清心潤燥)
 B. 燕窩銀耳杏汁海底椰冰冰糖燉鮮奶(養血美肌)
 1. 蜜汁黑椒雞球飯-微辣 2. 紅燒豆腐炆火腩飯
 3. 蝦仁火蜆炒蛋配白飯 4. 土魷蒸肉餅飯

01月21日(四) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 螺頭靈芝猴頭菇杞茸鮑片豬展煲雞(增強體質)
 B. 瑤柱螺片竹蔗馬蹄麥冬甘筍雪梨蒸肉瘦肉煲豬展湯(清潤降火)
 1. 洋蔥汁雞扒飯 2. XO醬翠瓜金菇炒肉片飯-微辣
 3. 福建炒飯 4. 金針雲耳蒸肉餅飯

01月22日(五) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠鮑片杜仲栗子甘筍粟米紅腰豆陳皮煲雞湯(強腰補腎)
 B. 鱈魚肉海底椰南北杏無花果雪耳紅蘿蔔煲豬脊骨(健脾益氣)
 1. 腰果宮保雞丁飯 2. 柱候醬炆排骨飯拌西蘭花
 3. 廈門炒米 4. 杞子冬菇蒸肉餅飯

01月25日(一) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 鮑片瑤柱百合蓮子紅棗陳皮紅蘿蔔煲竹絲雞(補血安神)
 B. 螺頭鮮淮山雪耳百合南北杏蜜棗合掌瓜豬肺瘦肉湯(養顏潤膚)
 1. 洋葱薯仔黃薑雞配白飯 2. 上海排骨菜飯
 3. 三色肉鬆蒸水蛋 4. 咸魚蒸肉餅飯

01月26日(二) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠章魚太子參牛大力土茯苓淮山赤小豆蜜棗煲雞湯(益氣健脾)
 B. 瑤柱螺片木瓜雪耳無花果南北杏蘋果煲豬展(潤燥生津)
 1. 蜜汁芥末雞扒飯 2. 台式肉燥飯配滷水蛋
 3. 臘味糯米飯 4. 章魚蒸肉餅飯

01月27日(三)是日十五 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 象拔蚌鮑片瑤柱椰子雪耳杞子紅棗煲竹絲雞(潤肺養顏)
 B. 黃耳沙參玉竹羅漢果粟米雪梨梨果素菜湯(滋陰潤肺) 素
 1. 風沙蒜香雞翼飯 2. 秘制無錫骨配白飯
 3. 金針雲耳烤麩配白飯 素 4. 櫻花蝦蓮藕蒸肉餅飯

01月28日(四) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠雪耳猴頭菇沙參麥冬百合圓肉煲雞湯(滋陰潤燥)
 B. 瑤柱螺頭五指毛桃蓮藕百合陳皮煲豬展(健脾化濕)
 1. 花雕杞子蒸滑雞 2. 椰香青咖喱豬扒飯-微辣
 3. 干炒叉燒意粉 4. 榨菜馬蹄蒸肉餅飯

01月29日(五) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 鮑片瑤柱黨蔘北其圓肉杞子紅棗豬尾骨煲雞(補氣補血)
 B. 西洋菜瑤柱螺片陳腎甘筍粟米南北杏陳皮山斑魚煲瘦肉湯(養心安神)
 1. 西檸西柚汁蜜桃雞球飯 2. 磨菇粟米龍俐柳飯
 3. XO醬茄子肉碎飯 4. 北菇蒸肉餅飯

02月01日(一)每週1素 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠瑤柱鮑片杜仲鹿筋腳紅腰豆圓肉煲雞(強筋健骨)
 B. 西洋菜羅漢果南北杏杞子紅蘿蔔粟米紅棗陳皮素菜湯(清燥潤肺) 素
 1. 香橙煎軟雞飯 2. 蒜香豉椒蒸排骨飯
 3. 紅燒豆腐素雞飯 素 4. 咸蛋蒸肉餅飯

02月02日(二) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 蟲草花螺頭淮山杞子紅棗陳皮紅蘿蔔煲雞湯(補腎護肝)
 B. 象拔蚌螺片章魚蓮藕百合花生雞腳紅棗煲豬尾骨(保健養顏)
 1. 瑞士汁雞翼飯 2. 麻辣金菇牛肉配白飯-微辣
 3. 瑤柱雞粒荷葉飯 4. 茶樹菇蓮藕蒸肉餅飯

02月03日(三) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠蟲草菌淮山杞子栗子紅腰豆蜜棗陳皮豬骨鷓鴣湯(保健強身)
 B. 燕窩銀耳杏汁海底椰冰糖燉鮮奶(養血美肌)
 1. 鮮淮山杞子蒸雞飯 2. 京都洋葱豬扒飯
 3. 椒鹽肉鬆四季豆配白飯 4. 臘腸蒸肉餅飯

02月04日(四) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 象拔蚌螺頭瑤柱淮山蓮子茨實杞子圓肉紅棗煲竹絲雞湯(增強體質)
 B. 瑤柱鮑片節瓜章魚南北杏蜜棗豬骨湯(增強體質)
 1. 鮑汁青瓜雲耳炒雞柳飯 2. 黑糖醋排骨飯
 3. 馬來炒貴刁 4. 銀魚仔蒸肉餅飯

02月05日(五) 時菜(\$14) 湯料(\$7) A B

- A. 花膠鮑片沙參玉竹百合麥冬雪梨蘋果豬展煲雞湯(清心潤燥)
 B. 瑤柱螺片赤靈芝川貝龍利葉雪梨無花果南北杏煲鷓鴣(清肝潤肺)
 1. 醬爆薑蔥雞球飯-微辣 2. 咸魚蓮藕煎肉餅
 3. 瑤柱肉鬆蒸水蛋 4. 菜脯馬蹄蒸肉餅飯