

林盼熹 5A 10

《這一週真快樂》

十二月一日至十二月七日

我有一個又幸福又滿足的十歲生日。

星期一，媽媽和爸爸向我說：「因為是你的生日，我們可以去日本旅行！」我快樂得跳起來。爸爸和媽媽帶我去日本旅行，就是一份令人興奮的禮物。

第二天，我和弟弟去了浮潛。我和弟弟一開始很緊張，但下水後，我想：潛水沒有想象中那麼可怕。我看到了很多又小又可愛的魚，七彩繽紛的，就像一道彩虹。

星期三，我和媽媽去了一家小貓咖啡店，我看到一隻可愛的貓就像一朵軟綿綿的雲，最後，我們帶着依依不捨但又高興的心情離開。

這次旅行，我們帶着歡天喜地的心情離開，我學到要和家人珍惜每一分每一秒，我期望下一次生日也可以這麼開心。

彭鈺熹 5A 18

《這一週真快樂》

十月一日至十月七日

這個星期，我真快樂！

星期一，下午，我和爸爸、媽媽乘車到西貢碼頭釣魚。我和爸爸先準備兩支魚竿，然後我們開始在碼頭裏不同的地方釣。我等了很久，但一條魚都釣不到，我覺得百般無奈，最後我釣到大魚，這條大魚不停地跳來跳去。

星期二，黃昏的時候，我和朋友們在我的家開生日派對。一開始的時候，我們玩了很多小遊戲，媽媽做了很多美味的食物。我們一邊吃，一邊玩。最後，生日派對結束的時候，我和朋友們都樂而忘返。

星期三是學校的陸運會。我和朋友參加了一百米跑步比賽，我胸有成竹，最後我獲得第二名。接力賽開始的時候，我和朋友們用盡全力跑，最後我們獲得冠軍。

這一週，我覺得心花怒放。我也學會要珍惜每一秒，我期望可以有多點快樂的時候。

黃靖珩 5B 24

《這一週真愉快》

九月十五日至九月二十一日

這一週真愉快！我終於可以養貓了。

星期五，我在回家的路上經過了一個小公園。我看到一隻居無定所的小花貓。牠眼睛大大的，耳朵短短的，露出美麗的笑容。小花貓非常惹人喜愛，好像楚楚可憐地說：「求求你帶我回家吧！」我很喜歡那隻小花貓，我問媽媽：「我可以領養這隻小花貓嗎？」媽媽說：「不可以！」我只好沒精打采地回家。

到了星期六，我跟爸爸說昨日發生了甚麼事。然後，爸爸跟媽媽說：「幫助流浪貓是一件好事，你給靖珩養吧。」媽媽答：「好吧，我們明天看看小花貓在哪裏吧。」

星期日，我們出發去找小花貓，我一到公園，就立刻找到小花貓。之後，我帶了牠到寵物用品店買了牠想要的玩具。最後，我們回到家中，開始設計牠的小家居。設計完成了，牠很喜歡牠的小家。其實，我很多年的生日願望是養貓，今天終於夢想成真了。

期望我可以跟小貓天天開開心心吧。

李庭濤 5B 12

《這一周真倒霉》

九月八至九月十四日

這一周真倒霉啊！

星期五的早上，我在早會的時候，覺得有點不舒服。突然嘔吐起來，我感到驚惶失措，十分徬徨。

這時，禮堂突然沉靜下來，大家的眼神都注意着我。校長走過來關心地對我說：「有沒有事？哪裏不舒服？」頓時，我感到十分溫暖。我說：「我有點不舒服，但還可以。」接着，老師帶我去醫療室休息，又安排家長接回。我看見校工姨姨為我清理嘔吐物，感到難為情。

星期六是我上最喜愛的游泳班的日子，但我因病要取消。游泳班的余教練十分友善。上課的時候，他會給我們新玩意。例如：用蛙鞋游泳、比賽。唉，我不想這樣的，但只好在家中好好休息。

這周真倒霉啊！經過這次生病，我學會了好好保重身體，注意衛生，多做些運動，身體才會變健康。

歐陽梓晴 5D 1

《這一周真有意義》

七月一日至七月七日

這一周我感到開心，因為發生了這件事。

上個星期一，在我放學回家的路上，我看見一位坐着輪椅的老爺爺。當他經過凹凸不平的地面時，他的輪椅正在劇烈地抖動，這讓我很擔心他，看到他平安地經過，我懸着的心才放下來。

到了星期二，我同樣經過了那地方，同樣看見老爺爺經過那塊凹凸不平的路。這次老爺爺也順利地經過了。

但是到了星期五，讓我擔心的事情還是出現了。就在老爺爺經過那段凹凸不平的路時，老爺爺的輪椅要倒了，我二話不說立刻衝上前去扶他的輪椅，這才沒有讓意外發生。

到了星期日，我下午去找老爺爺，他看見我後感動地對我說了一聲謝謝，並給了我一份點心。我接過後也說了聲「謝謝」。

這周我感到很開心，因為我幫了老爺爺。我希望老爺爺不會再發生意外了，因為老爺爺受傷了，會很疼。

李昊然 5D 12

《日記》

十一月六日 星期四 晴

今天上體育課時，老師舉行了一場擲壘球比賽。他先說了比賽的規則，然後講解動作並示範給我們看。

接下來，我和同學們都開始練習，過程中，我每次投擲的距離都很近，但我並不氣餒，繼續堅持練習。這時，老師走過提醒我：「昊然，出手時手肘要抬高，不要側拋，重心放在後腳。」我謹記老師教導的技巧，經過幾次投擲，終於可以把球拋得很遠，我感到很開心。

比賽開始了，我緊張得手心出汗，我奮力將球拋出去，球就像紙飛機一樣飛得很快，最終穩穩落地。最後，雖然我沒有名次，但突破了自己訓練的紀錄。

這次擲壘球的經歷令我獲益良多，只要肯努力練習，就能取得意想不到的成果。

馮曉晴 5A 7

《我最喜歡的一道中國菜》

在四年級的時候，每星期的第一天，我們就會去一間中國菜館吃這道美味可口的紅燒肉。

因為這道菜太好吃了，我打算在媽媽生日時煮給她吃。我在網絡上搜尋資料，它的做法很簡單，我們需要帶皮五花肉一公斤、蔥、大醬油四大匙、清酒二百毫升、水二百毫升和適量的鹽。

首先，將薑蒜蔥切片，五花肉切大塊備用。在鐵鍋加一點油，下五花肉，將五花肉塊煎炒到金黃。上色後，下蒜頭薑片，以小火慢慢煨出香味，加入糖、再倒入醬油、清酒、水和加入八角蔥段，蓋上鍋蓋後以中火燉煮一小時。最後加適量鹽，這道紅燒肉便完成了！煮好後，我把這道菜端上桌子，請媽媽來品嚐。

紅燒肉色香味俱全，它是一道中國的家常菜，但以蘇東坡在杭州發明的「東坡肉」最為著名。紅燒肉富有蛋白質、脂肪和多種維生素與礦物質，能提供能量，改善貧血並有助預防疲勞，難怪連蘇東坡也很喜歡吃！剛剛出來的紅燒肉香氣撲鼻，令人垂涎三尺，食指大動。媽媽一連吃了幾口，說：「這道紅燒肉嫩滑多汁，令人回味無窮！」

紅燒肉是媽媽最愛吃的一道家常菜，我每次吃起來也覺得甜絲絲的，便會想起和媽媽一起的點點滴滴！

凌若嵐 5A 16

《我最喜歡的一道中國菜》

自從四年級的暑假，我去了台灣旅行，在一間茶樓裏吃了一次麻婆豆腐，我便愛上了它。麻婆豆腐是川菜的其中之一。

做麻婆豆腐的材料很簡單，例如：嫩豆腐、豬絞肉、豆瓣醬、花椒粉、蒜頭、薑和水澱粉。

去學校旅行的前一天晚上，爸爸煮了麻婆豆腐給我和媽媽吃。首先，爸爸把豆腐切成塊，燙水備用。再把蒜和薑爆香，加入豬絞肉炒熟。加入豆瓣醬後，炒出紅油。加入豆腐拌勻，加醬油、糖和少許水燜煮。用水澱粉勾芡，灑上花椒粉和蔥花，淋麻油，就可完成。

豆腐的蛋白質非常高，是一種健康的食物。豆腐的表面就像蒸蛋一樣光滑，蘇平的《豆腐詩》裏的「旋乾磨上流瓊液，煮月鐺中滾雪花」果然對呢！

我喜歡麻婆豆腐，因為豆腐的口感既嫩滑，又清爽。

《我最喜愛的一道中國菜》

自小學一年級起，我每次放假都會到婆婆家玩。因為我最喜愛吃北京烤鴨，所以婆婆經常弄給我吃。在眾多中國菜餚中，我最喜愛吃的，就是北京烤鴨。

北京烤鴨需要的材料很簡單，先準備全鴨一隻、水（大約八杯）、蜂蜜三湯匙、醬油四湯匙、米醋二湯匙、香油一湯匙、薑粉一茶匙、蒜末三瓣、適量鹽和胡椒。

第一步將鴨子內外清洗乾淨，第二步用開水均勻淋在鴨子上，使鴨皮縮緊繃，第三步用廚房紙巾徹底擦乾水份。第四步用蜂蜜、醬油、米醋、香油、蒜、薑粉、鹽和胡椒混合均勻，製成醃料。第五步將醃料均勻抹在鴨子內外，第六步將鴨子掛起來或放在通風處晾四至六小時，或放入冰箱冷藏一晚，確保鴨子徹底風乾。第七步烤箱預熱至二百度，然後將鴨子放在烤架上，下面放一個有淺水的烤盤，用於接住滴落的油脂。第八步先以高溫烤十五分鐘，讓鴨上色，然後將烤箱溫度降至一百八十度，繼續烤兩小時，每三十分鐘刷一次醃料或蜂蜜水。

婆婆做的北京烤鴨色香味俱全。剛剛端出來的北京烤鴨香氣撲鼻，半紅半黃的顏色更令人垂涎三尺，食指大動。嫩滑的北京烤鴨和香辣的醬料拌在一起，一咬下去，舌頭旋即感受到北京烤鴨特有的果木香味，教人一試難忘。別看做北京烤鴨的材料都是一些平凡的食物，它的營養價值可高了。不但含有豐富的蛋白質，當中的蛋白質更屬於優質蛋白。

其實，我愛這道菜，主要是因為它承載了婆婆滿滿的愛意。每當我吃婆婆親手做的北京烤鴨時，便會想起和婆婆相處的歡樂時光。

《我最喜愛的一道中國菜》

「手撕包菜」是我最喜愛的一道素菜。

這道菜的材料包括包菜、辣椒、蒜、調味料等。它的做法不難：首先把包菜清洗乾淨，然後把包菜撕開備用。再把蒜切丁，接著，把蒜和辣椒到入鍋中用熱油鍋炒香，再加入豆瓣醬、醬油，少許辣椒醬等，以增加添菜的香味。

煮好醬料後，就可以把包菜倒入鍋中炒香。數分鐘後，一道香噴噴的手撕包菜就可以上桌了！

這道手撕包菜色香味俱全，每次我和爸爸到深圳遊玩，都必吃這道菜。這是我和爸爸的小秘密，連媽媽都不知道呢！

毛俊彥 5D 14

《我最喜愛的一道中國菜》

我最喜歡的中國菜是紅燒豆腐。婆婆會在晚上煮給我吃。我喜歡吃紅燒豆腐是因為我覺得它很美味。

紅燒豆腐的材料有：豆腐一件、豬頸肉一/二磅、大鮮冬菇四隻、蔥一棵（切段）、水一/兩杯和調味料。

它的做法並不難，先把豆腐切成一點五公分厚度的小塊。再把青蔥切段，蒜頭切成蒜碎。熱鍋熱油，油放稍多些，然後放入豆腐煎至兩面金黃後盛盤。原鍋爆香蔥蒜，依序加入糖、蠔油、醬油、高湯及胡椒粉，燒沸。最後放入豆腐以小火燒煮入味盛盤。

我喜歡它是因為婆婆花了很多心思來製造，而且這道菜很適合配送白飯。我期望自己也能做出同樣美味的紅燒豆腐，與家人和朋友分享，感受這份幸福的味道。

蔡汶恩 5E 4

《我最喜愛的一道中國菜》

我最喜愛的中國菜是煎餃子。煎餃子是北方菜，是北方的家常菜，也是很多人喜愛吃的中國菜。

煎餃的材料有很多，有油、豬肉、雞蛋、水、小麥粉和調味料。

煎餃的做法很簡單，先把豬肉與調味料混合，加入切碎的蔥、薑和蒜，並打入雞蛋攪均勻。然後把麵粉、水、鹽搓成麵團，醒發後擀成餃子皮。接着把餡料包入餃子中，用水捏緊封口。最後用一百八十度煎十分鐘，餃子便完成。

煎餃子富含營養價值，有蛋白質，有時膳食纖維，有維生素 B1。煎餃子外皮酥脆，非常滋味！

我十分喜歡吃煎餃子，因為它口感香脆，特別好吃。家人也很愛吃，所以我們家經常會做餃子來吃。

劉昕諾 5E 9

《我最喜愛的一道中國菜》

我最喜愛的中國菜是咕嚕肉。咕嚕肉是一道粵菜。早期外國人發音不準，將「古老肉」唸成「咕嚕肉」，所以這道菜才叫「咕嚕肉」。

烹調咕嚕肉需要青椒、紅椒、洋蔥、菠蘿片、豬肉。首先，將蔬菜切粒。然後，將豬肉醃好。接着，把醃好的豬肉炸至金黃色，將調味料、蔬菜加入。最後，放入菠蘿粒和汁，就完成了。

咕嚕肉的味道酸酸甜甜。咕嚕肉含有蛋白質、維他命 C、膳食纖維等營養。我喜愛咕嚕肉，因為咕嚕肉的味道酸酸甜甜。

袁銘禧 5B 27

《我最欣賞的人》

我最欣賞的人是我的媽媽。她就像一位天使，用無盡的溫柔與智慧，照顧和陪伴我度過每一個成長的日子。

媽媽身材苗條，一頭及肩的秀髮顯得幹練又親切，瓜子型的臉龐上鑲嵌着一雙烏溜溜、會說話的眼睛。筆挺的鼻子下是一張櫻桃般紅潤的小嘴：她時常笑容滿臉，總給人一種和藹可親的感覺。

我的媽媽不僅外表可親，內心更蘊藏着寶貴的耐心。記得有一次，我遇到一道數學難題，怎麼也解不開，急得像熱鍋上的螞蟻。我忐忑不安地請媽媽來教我。她二話不說，立刻放下她手中的事，坐在我的身旁，溫和地說：「我們一起來看看問題出在哪裏。」她沒有絲毫煩躁，而是在紙上畫出圖案，按部就班地引導我思考。終於，我豁然開朗解開難題，她也展露出欣慰的笑容。

除了耐心，媽媽還非常樂於助人。記得在一個周末的下午，我搭乘巴士回家。在車上看到一位滿頭白髮的老婆婆緊握扶手，顯得十分疲憊。媽媽看見後，眼中閃過一絲不忍，立刻站起來，親切地對她說：「婆婆，你坐在這兒吧！」婆婆感激地連聲道謝。媽媽只是溫柔地笑了笑，回應道：「不客氣，你坐穩就好。」這個小小的舉動，讓整個車廂都充滿了溫情。

我從媽媽身上學會了兩個寶貴的品質——內心與愛心。能擁有這樣的媽媽，我感到無比幸福。未來，我一定要成為像她一樣的人，並用我全部的愛來報答這份養育之恩。

石苡琳 5C 11

《一位我欣賞的人》

奶奶是一位令我欣賞的人。她是我們一家五口中，數學學得最好的一個，我可能永遠都不能達到她的數學水平那樣的高度。

我的奶奶年輕時，長了一頭烏黑濃密的頭髮，還有一雙大大的漂亮眼睛和一張櫻桃小嘴，她的身苗條和瘦削，還有一雙雪白的大長腿。現在，奶奶年紀大了，她的頭髮逐漸變得稀疏，臉上還有了皺紋，聲音變得低沉，她的身體逐漸變得虛弱了。

家裏的家務，大部分都是奶奶做的，所以她經常做到很晚才可以睡覺。她真是捨己為人啊！

奶奶除了每日做家務外，還會教我和妹妹做功課。當我和妹妹有數學不明白的地方，她都會溫柔地向我們解釋，所以我覺得她是一位很有耐心的人。她真是一位令我欣賞的人。

吳熙言 5D 15

《一位我欣賞的人》

我最欣賞的人留著一頭順滑的長頭髮，烏黑明亮的眼睛和淡紅的嘴唇，平時看起來溫柔可親，你猜她是誰？她就是我的媽媽。

有一次，媽媽上班時，因為堵車，原本早已出去的她，也只能緊緊到達目的地，但在她下車時，她看見一位行動不便的婆婆下車，於是快遲到的媽媽決定把她送到要去的地方。結果媽媽上班便遲到了。媽媽常說：「助人為快樂之本。」她就像太陽照耀大地，溫暖了每一個角落。我覺得她很樂於助人。

還有，平時媽媽為了家人能準時上班、上學。她會犧牲自己休息的時間而早起做早餐給我們吃，我覺得她很溫柔體貼。

最後，媽媽值得我學習的地方就是她永不放棄、無私付出、關懷備至，做事有條理，而且懂得安排，我希望我能像她一樣堅強、善良。

盧鈴霈 5E 12

《一位我欣賞的人》

我欣賞的人是誰？她就是我的媽媽。她是一位家庭主婦，她的長相不是特別出眾，長得不高也不矮。她有一雙炯炯有神的眼睛，一頭烏黑亮麗的頭髮和一排整齊的牙齒。她是一個樂於助人和包容別人的人。

有一次，老師說：「要派試卷。」我十分忐忑。老師呼叫我的名字時，我心想：唉！為甚麼只有八十四分？我膽怯地回家去。當我把試卷交給媽媽時，我滿頭大汗，就像被千斤重的大石頭壓住，全身顫抖，喘不過氣。結果媽媽不但沒有罵我，還稱讚我，讓我如釋重負。

還有一次，隔壁鄰居婆婆外出買菜，媽媽看到她拿著重重的兩袋菜，有點兒吃力，便二話不說，立刻挺身而出幫她拿。有一次，婆婆買了兩大袋白米，步履蹣跚地走，媽媽見狀，箭步上前，笑着說：「這些東西很重，我來幫你吧！」婆婆喜出望外，連聲道謝。

她總是古道熱腸，讓我學習到守望相助的真諦，我也感到很幸福，我希望可以像她一樣有愛心，熱心幫助人。

鍾卓霖 5C 4
《國王的新衣（續寫）》

第一幕

時間：一天早上

地點：王宮裏的裁縫室

人物：國王和騙子

（幕啟，國王穿上新衣服後，站在鏡子前一直看自己的大肚子）

國王：（疑惑地）難道真的是愚蠢的人看不到布料？

騙子：（讚歎地）陛下，衣服真合身，不大也不小，如果我是你的話，我要好滿意的。

（幕下。）

第二幕

時間：同一天上午

地點：大街上

人物：國王、小男孩、其他市民

（幕啟，國王參加盛大巡遊，他舉起雙手和閉上眼睛，興奮地等待大家的歡呼）

小男孩：（奇怪地）國王不穿衣服，不怕感冒嗎？國王不是穿上新衣服的吗？為甚麼我看到他有大肚子？國王的肚子可真大！

國王：（迅速把雙手擋在胸前，尷尬地）有……有……有嗎？只有聰明的人才能看見布料的。小男孩你看不見布料的話，有可能你是愚蠢的孩子。

小男孩：（哭了出來）明明你没有穿上衣服，不代表我是愚蠢的人！

國王（生氣地）：我們回王宮！是誰做這布料的，我要找到他們！

第三幕

時間：同一天上午

地點：王宮

人物：國王、騙子甲和乙

旁白：國王找到騙子甲和乙後，十分生氣地質問他們。

國王：（十分生氣和大聲）布料是不是你們做出來的？

騙子甲：國王，布料是我們做出來的，男孩說你大……大肚子，是因他是愚蠢的人。

騙子乙：是啊！國王。

國王：（勇敢地）我說我看不見布料！

騙子乙（害怕地、吞吞吐吐地）：國王你……你看不到嗎？可……可能布料還在洗衣機裏呢？

國王（生氣地）：是嗎？來人！他們要受到懲罰！

騙子甲和乙：（傷心地）國王，對不起。

國王（生氣地）：你們只說對不起，是沒有用的。

騙子甲和乙（害怕地大喊）：不要！不要啊！我們不想受到懲罰，國王，不要懲罰我們好嗎？

國王（生氣地）：我在巡遊時，真的好尷尬，有個小男孩看我的大肚子，他還在大眾面前說我的肚子可真大。你們一定要受懲罰！我不會放過你們的！

陳偉豪 5C 3
《參觀新田大夫第》

星期日，我和媽媽一起到新界元朗區的新田大夫第參觀。

大夫第於1987年被定為法定古蹟，於1988年對外開放。這座大宅由花崗石砌成，遠遠看去，顯得堅固和莊重。

進入大夫第前，我們欣賞了大宅的屋脊，它採用了石灣陶塑，並以戲曲人物《楊家將》為主題，十分精美。我們穿過一道拱門進入大夫第，這道拱門是採用了西式花葉浮雕來做的，很特別。然後，我和媽媽走到了正廳，這裏還保留着昔日的家俱，都是用名貴的酸枝木來製做的。

最後，我了解到這座古老的建築見證了整個文氏家族在新田這帶的歷史和發展，今天真是獲益良多啊！