

一中心小学学生菜单

2024. 10. 28—2024. 11. 01

第 9 周

日期	荤菜	荤菜	蔬菜	汤
周一 10. 28	香酥鸡翅根 【2只】	黄瓜炒虾仁 【41g+83g】	红烧萝卜 【91g】	冬瓜排骨汤 【29g+25g】
周二 10. 29	牛腩炖土豆 【83g+41g】	清蒸油面筋塞肉 【5g+41g】	茄子烧豇豆 【58g+33g】	紫菜蛋汤 【1g+12g】
周三 10. 30	糖醋肋排 【125g】	蘑菇炒鸡蛋 【83g+41g】	空心菜 【91g】	西红柿豆腐汤 【25g+25g】
周四 10. 31	椒盐基围虾 【100g】	炒三鲜 【肉 33g+菜椒 25g+莴笋 62g】	大白菜炒油泡 【83g+8g】	萍菇蛋汤 【25g+12g】
周五 11. 1	咖喱鸡块 【125g】	油片烧小肉 【41g+83g】	西兰花炒木耳 【83g+0. 8g】	猪爪黄豆汤 【41g+20g】