

一中心小学学生菜单

2024. 11. 04—2024. 11. 08

第 10 周

日期	荤菜	荤菜	蔬菜	汤
周一 11. 04	糖醋肋排 【125g】	虾仁炒蛋 【83g+41g】	茄子烧土豆 【50g+41g】	大白菜豆腐汤 【33g+25g】
周二 11. 05	盐水基围虾 【100g】	鹌鹑蛋百叶结烧小肉块 【41g+20g+62g】	炒杭白菜 【91g】	平菇粉丝汤 【33g+8g】
周三 11. 06	牛肉炖萝卜 【83g+41g】	宫宝鸡丁 【鸡肉 62g+豆腐干 20g+ 茭白 33g】	炒茼蒿 【91g】	西红柿蛋汤 【33g+16g】
周四 11. 07	红烧鹅块 【125g】	青椒胡萝卜木耳炒鱼片 【25g+12g+0. 8g+62g】	炒青菜 【91g】	冬瓜小排汤 【29g+29g】
周五 11. 08	蒜苗炒牛肉丝 【66g+33g】	香酥鸡中翅 【2 只】	萝卜炒毛豆子 【62g+29g】	金针菇肉丝蛋汤 【20g+16g+8g】