

一中心小学学生菜单

2024.11.11—2024.11.15

第11周

日期	荤菜	荤菜	蔬菜	汤
周一 11.11	咖喱牛肉 【104g】	肉末粉丝 【29g+12g】	大白菜炒油泡 【83g+8g】	西红柿蛋汤 【25g+12g】
周二 11.12	椒盐基围虾 【100g】	红烧鸡翅根 【2只】	地三鲜 【菜椒 33g+茄子 25g+土豆 33g】	青菜香菇汤 【41g+16g】
周三 11.13	红烧鹅块 【125g】	木耳蘑菇炒肉片 【1.6g+8g+41g】	韭菜炒百叶丝 【75g+16g】	西红柿牛腩汤 【33g+33g】
周四 11.14	糖醋肋排 【125g】	宫保鸡丁 【鸡肉 62g+香干 16g+ 茭白 16g】	胡萝卜炒西兰花 【16g+75g】	平菇豆腐汤 【25g+25g】
周五 11.15	香酥虾球 【鸡蛋 8g+虾仁 104g】	咖喱土豆鸡块 【41g+83g】	牛心包菜 【91g】	萝卜小排汤 【29g+25g】