小河中学第15周菜谱

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **第15周菜谱２０１9年12月9日——12月13日** | **时间** | **早餐** | **午餐** | | | **晚餐** | | | **备注** |
| **一** | **二** | **汤** | **一** | **二** | **汤** |
| **周一** | **烂面**  **山芋** | **黄焖排骨**  **玉米粒鸡丁**  **云丝**  **毛菜油豆腐** |  | **西红柿蛋汤** | **劲爆鸡米花**  **西芹香干肉丝**  **肉糜冬瓜**  **糖醋包菜** |  | **冬瓜海带汤** |  |
| **周二** | **雪菜包**  **玉米棒**  **茶叶蛋**  **红豆粥** | **百叶卷肉**  **西红柿炒蛋**  **麻辣豆腐**  **粉丝白菜** |  | **常州豆腐汤** | **雪花鸡柳**  **莴苣炒蛋**  **青椒土豆丝**  **韭菜绿豆芽** |  | **雪菜蛋汤** |
| **周三** | **烧麦**  **黄金馒头**  **鸡蛋**  **花生粥** | **鹌鹑蛋烧肉**  **宫保鸡丁**  **大蒜羊肚丝**  **清炒菊花菜** |  | **紫菜蛋汤** | **咖喱鸡块**  **洋葱炒猪肝**  **榨菜粉皮**  **蒜泥菠菜** |  | **青菜豆腐汤** |
| **周四** | **肉包**  **淮扬米糕**  **鸡蛋**  **白粥** | **红烧鸭翅根**  **土豆肉片**  **葱油南瓜**  **香菇青菜** |  | **冬瓜蛋汤** | **清蒸蛋饺**  **西红柿炒蛋**  **大蒜胡萝卜丝**  **鸭血豆腐** |  | **包菜蛋汤** |
| **周五** | **炒饭**  **烤肠**  **紫菜蛋汤** | **基围虾**  **咖喱花菜肉片**  **肉末粉丝**  **如意菜** |  | **香菜鸭血汤** |  |  |  |