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** |  |  |  |