小河中学第18周菜谱

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **第18周菜谱２０１9年12月30日——1月3日** | **时间** | **早餐** | **午餐** | | | **晚餐** | | | **备注** |
| **一** | **二** | **汤** | **一** | **二** | **汤** |
| **周一** | **肉丝面**  **烤肠** | **红烧大排**  **生瓜木耳炒蛋大蒜豆皮**  **香菇青菜** |  | **西红柿蛋汤** | **黑椒鸡块**  **三鲜玉米粒**  **肉糜海带丝**  **木耳白菜** |  | **紫菜蛋汤** |  |
| **周二** | **雪菜包**  **奶香馒头鸡蛋**  **白粥** | **古老肉**  **药芹香干肉丝**  **虾米冬瓜**  **辣味豆芽** |  | **常州豆腐汤** |  |  |  |
| **周三** |  |  |  |  |  |  |  |
| **周四** | **肉包**  **杂粮馒头**  **蒸蛋** | **百叶卷肉**  **肉糜茄子**  **炒三丝**  **毛菜油豆腐** |  | **雪菜蛋汤** | **黄焖鸡块**  **花菜木耳炒蛋**  **麻辣豆腐**  **菊花茶** |  | **白菜豆腐汤** |
| **周五** | **萝卜丝包**  **油条**  **鸡蛋**  **小米粥** | **珍珠肉圆**  **土豆肉片**  **肉糜粉丝**  **清炒菠菜** |  | **鸭血酸汤** | **·** |  |  |