扬子餐饮（小河中学）食堂

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第6周菜谱２０１8年10月22日——10月26日** | **时间** | **早餐** | **午餐** |
| **荤菜** | **素菜** | **汤** |
| **周一** | **香葱饼****小米糕****油条****山芋****煎鸡蛋****花生粥** | **\* 百叶结煨肉****\* 红烧鱼块+** **黄瓜鸡丁****\* 红烧肉糜豆腐** | **\* 糖水南瓜****\* 木耳大白菜****\* 香菇青菜+** | **紫菜蛋汤** |
| **周二** |  **麻糕****红糖方糕****南瓜****白粥****白煮蛋****豆腐汤** | **\* 咖喱鸡块****\* 红烧大肉+****肉末粉丝****\* 西红柿炒蛋** | **\* 三色包菜丝****\* 大烧百叶****\* 上汤苋菜+** | **西红柿蛋汤** |
| **周三** | **三角饼****奶黄包****绿茶佛饼****茶鸡蛋****玉米棒****黑米粥****烂面****烂面** | **\* 咕咾肉****\* 糖醋小排+****\* 榨菜香干肉丝****\* 有机花菜炒肉** | **\* 虾米冬瓜****韭菜绿豆芽****\* 清炒油麦菜+** | **青菜蛋汤** |
| **周四** | **青菜包****小米糕****麻团****白煮蛋****南瓜****绿豆粥** | **\* 红烧鱼块** **\* 茭白煨肉+****土豆肉片****\* 西芹香干肉丝** | **\* 糖醋油面筋****\* 香菇青菜****\* 杏鲍菇炒蛋+** | **雪菜蛋汤** |
| **周五** | **鸡蛋饼****杂粮烧麦****玉米棒****茶叶蛋****红豆粥****烂面** | **\* 麻辣鸭腿** **\* 红烧猪爪+****\* 木须肉****鱼香茄子** | **\* 三色云丝****\* 毛菜油豆腐****\* 清炒鸡毛菜+** | **冬瓜虾米汤** |