扬子餐饮（小河中学）食堂

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第12周菜谱２０１8年11月19日——11月23日** | **时间** | **早餐** | **午餐** |
| **荤菜** | **素菜** | **汤** |
| **周一** | **南瓜饼****杂粮烧麦****小米糕****芋头****鸡蛋****红豆粥** | **\* 鹌鹑蛋煨肉****\* 酱鸭腿+****\* 洋葱猪肝****\* 咖喱花菜鸡片** | **\* 水芹百叶丝****\* 大蒜胡萝卜****\* 蒜泥空菜+** | **西红柿蛋汤** |
| **周二** |  **萝卜丝包****蛋黄肉粽****地瓜丸****白蛋****山芋****小米粥****咸粥** | **\* 糖醋小排****\* 红烧鱼块+****麻辣肉糜豆腐****\* 西红柿炒蛋** | **\* 酸辣土豆丝****\* 毛菜油面筋****\* 菠菜百叶+** | **紫菜蛋汤** |
| **周三** | **芝麻饼****麻团****黄金糕****茶叶蛋****铁杆山药****黑米粥** | **\* 土豆鸭块****\* 黄豆猪爪+****\* 土豆肉片****\* 莴苣炒蛋** | **\* 三色豆芽****\* 木耳大白菜****\* 清炒鸡毛菜+** | **鸭血酸汤** |
| **周四** | **菜饺****红糖方糕****奶黄包****白煮蛋****玉米棒** **绿豆粥** | **\* 清蒸肉圆** **\* 梅干菜烧肉+****\* 杏鲍菇炒蛋****\* 西芹香干肉丝** | **\* 南瓜毛豆子****\* 香菇青菜****\* 清炒蓬蒿+** | **青菜蛋汤** |
| **周五** | **麻糕****红糖馒头****春卷****山芋****茶叶蛋****黑米粥****豆腐汤** | **\* 黄焖鸡腿** **\* 红烧基围虾+****\* 生瓜肉丝****\* 榨菜粉皮肉丝** | **\* 三色云丝****\* 毛白菜****\* 水芹百叶+** | **雪菜豆腐汤** |