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** |