扬子餐饮（小河中学）食堂

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第13周菜谱２０１8年26月19日——11月30日** | **时间** | **早餐** | **午餐** |
| **荤菜** | **素菜** | **汤** |
| **周一** | **青菜肉包****红糖馒头****小米糕****山芋****鸡蛋****小米粥****烂面** | **\* 椒盐排条****\* 红烧鱼块+****\* 豇豆肉丝****\* 西红柿炒蛋** | **\* 肉糜粉丝****\* 辣包菜****\* 清炒茼蒿+** | **冬瓜海带汤** |
| **周二** |  **菜饺****蛋黄肉粽****地瓜丸****白蛋****南瓜****红豆粥** | **\* 麻辣鸭块****\* 椒盐扇骨+****\* 莴苣炒蛋****\* 香干毛豆肉丝** | **\* 糖醋土豆丝****\* 百叶青菜****\* 蒜泥油麦菜+** | **黄瓜蛋汤** |
| **周三** | **三角饼****绿茶饼****黄金糕****茶叶蛋****山药****黑米粥** | **\* 萝卜煨肉****\* 烩三鲜+****\* 土豆肉片****\* 五色鸡丁** | **\* 青椒海带丝****\* 毛菜油面筋****\* 清炒蓬蒿+** | **白菜粉丝汤** |
| **周四** |  **雪菜肉包****红糖方糕****奶黄包****白煮蛋****玉米棒** **绿豆粥** | **\* 咕咾肉** **\* 茭白煨肉+****\* 韭黄炒蛋****\* 肉糜豆腐** | **\* 酸辣土豆丝****\* 菊花菜****\* 水芹百叶+** | **鸭血豆腐汤** |
| **周五** | **芝麻饼****小米糕****烧麦****紫山芋****茶叶蛋****黑米粥****豆腐汤** | **\* 葱花蛋饺** **\* 红烧大肉+****\* 西蓝花肉片****\* 玉米鸡丁** | **\* 肉糜冬瓜****\* 粉丝白菜****\* 清炒小青菜+** | **榨菜蛋汤** |