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** |