扬子餐饮（小河中学）食堂

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **第14周菜谱2018年12月3日——12月7日** | **时间** | **早餐** | **午餐** | | |
| **荤菜** | **素菜** | **汤** |
| **周一** | **香葱饼**  **奶香馒头**  **烧麦**  **山芋**  **鸡蛋**  **红豆粥** | **\* 啤酒鸭**  **\* 藕夹肉+**  **\* 肉糜白萝卜丝**  **\* 药芹香干肉丝** | **\* 青椒土豆片**  **\* 毛菜油豆腐**  **\* 菠菜百叶+** | **青菜蛋汤** |
| **周二** | **萝卜丝包**  **奶黄包**  **绿茶饼**  **鸡蛋**  **玉米棒**  **花生粥** | **\* 百叶卷肉**  **\* 香酥鱼块+**  **\* 油焖茄子**  **\* 杏鲍菇炒蛋** | **\* 如意豆芽**  **\* 菊花菜**  **\* 蒜泥小青菜+** | **紫菜蛋汤** |
| **周三** | **菜饺**  **糍粑**  **红糖方糕**  **茶叶蛋**  **芋头**  **黑米粥**  **烂面** | **\* 珍珠肉圆**  **\* 回锅肉+**  **\* 有机花菜肉片**  **\* 生瓜肉丝** | **\* 大烧百叶**  **\* 香菇大青菜**  **\* 上汤苋菜+** | **西红柿蛋汤** |
| **周四** | **芝麻饼**  **小米糕**  **蛋黄肉粽**  **鸡蛋**  **山芋**  **白粥**  **菜粥** | **\* 红烧鱼块**  **\* 椒盐大排+**  **\* 藕片炒肉**  **\* 洋葱猪肝** | **\* 三色包菜丝**  **\* 韭菜绿豆芽**  **\* 清炒蓬蒿+** | **冬瓜虾米汤** |
| **周五** | **青菜包**  **麻团**  **铁杆山药**  **茶叶蛋**  **绿豆粥**  **豆腐汤** | **\* 梅干菜煨肉**  **\* 茭白仔鹅+**  **\* 西红柿炒蛋**  **\* 莴苣肉片** | **\* 糖醋土豆丝**  **\* 木耳大白菜**  **\* 鸡毛菜+** | **紫菜蛋汤** |