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** |