扬子餐饮（小河中学）食堂

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第1周菜谱2019年2月18日——2月23日** | **时间** | **早餐** | **午餐** |
| **荤菜** | **素菜** | **汤** |
| **周一** | **芝麻饼****小米糕****绿茶饼****山芋****鸡蛋****红豆粥** | **\* 红烧鸡腿****\* 土豆烧牛肉+****\* 药芹香干肉丝****\* 韭黄炒蛋** | **\* 三色云丝****\* 毛白菜****\* 菠菜+** | **紫菜蛋汤** |
| **周二** |  **煎馄饨****红糖方糕****地瓜丸****鸡蛋****南瓜****小米粥****元宵肉丝面** | **\* 百叶结煨肉****\* 剁椒鱼块+****\* 肉末粉丝****\* 莴苣炒蛋** | **\* 榨菜黄豆芽****\* 香菇黑青菜****\* 胡萝卜大蒜+** | **青菜蛋汤** |
| **周三** | **菜饺****奶香馒头****蛋黄肉粽****茶叶蛋****玉米棒****红豆粥** | **\* 土豆鸡块****\* 糖醋小排+****\* 肉糜豆腐****\* 西红柿炒蛋** | **\* 雪菜粉皮****\* 包菜****\* 小青菜+** | **冬瓜虾米汤** |
| **周四** |  **香葱饼****淮扬米糕****糍粑****鸡蛋****山药** **花生粥** | **\* 红烧大排****\* 黄豆猪爪汤+****\* 有机花菜肉片****\* 杏鲍菇炒蛋** | **\* 南瓜毛豆子****\* 五香素鸡****\* 油麦菜+** | **西红柿蛋汤** |
| **周五** | **萝卜丝包****红糖馒头****烧麦****茶叶蛋****紫薯****白粥****豆腐汤** | **\* 黑椒鸡块****\* 百叶卷肉+****\* 西兰花肉片****\* 洋葱炒蛋** | **\* 青椒土豆丝****\* 韭菜绿豆芽****\* 耗油生菜+** | **白菜粉丝汤** |