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** |