小河中学第12周菜谱

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **第12周菜谱２０１9年11月18日——11月22日** | **时间** | **早餐** | **午餐** | **晚餐** | **备注** |
| **一** | **二** | **汤** | **一** | **二** | **汤** |
| **周一** | **肉包****水煮蛋****蒸山芋****白粥****哈雷蛋糕** |  |  |  |  |  |  |  |
| **周二** | **青菜包****葱油花卷****水煮蛋****红豆粥** | **清蒸蛋饺****西红柿炒蛋茄子烧豇豆****香菇青菜** |  | **冬瓜紫菜汤** | **咕咾肉****五色鸡丁****大蒜豆皮****辣包菜** |  | **西红柿蛋汤** |
| **周三** | **黄金馒头烧麦****茶叶蛋****花生粥** | **土豆煨肉****黄瓜炒蛋****榨菜粉皮****南瓜豆子** |  | **紫菜蛋汤** | **百叶卷肉****土豆鸡片****红烧豆腐****木耳白菜** |  | **青菜蛋汤** |
| **周四** | **萝卜丝包****牛奶馒头****茶叶蛋****白粥** | **清蒸狮子头****花菜肉片****开阳冬瓜****三色豆芽** |  | **常州豆腐汤** | **红烧鸡腿****肉糜茄子****大烧百叶****糖醋包菜** |  | **白菜粉丝汤** |
| **周五** | **蛋炒饭****紫菜汤****水煮蛋****小米粥** | **土豆鸭块****生瓜炒蛋****酸辣土豆丝****韭菜绿豆芽** |  | **鸭血酸汤** |  |  |  |