**教科院中学（2019）**

**第17周**

**菜单（12月23日---12月27日）**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **类别** | **大荤**  **（90-100g）** | **小荤**  **（90-100g）** | **小荤**  **（90-100g）** | **素菜**  **(100-120g)** | **汤类** |
| 周一 | 红烧猪排 | 萝卜鸡丁 | 青椒土豆丝肉丝 | 蒜香生菜 | 榨菜蛋汤 |
| 周二 | 酱汁翅根 | 麻婆豆腐 | 冬瓜肉圆 | 青菜 | 番茄汤 |
| 周三 | 七公肉排 | 莴苣烤肠 | 肉米粉丝 | 毛白菜 | 紫菜汤 |
| 周四 | 茄汁牛肉圆 | 肉米海带丝 | 虾糕有机菜 | 红汤大白菜 | 平菇汤 |
| 周五 | 无骨鸡柳 | 方腿包菜 | 番茄炒蛋 | 青椒豆芽 | 鸭血汤 |