**教科院（2020）**

**第3周**

**菜单（4月13日---4月17日）**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **类别** | **大荤**  **（90-100g）** | **小荤**  **（90-100g）** | **小荤**  **（90-100g）** | **素菜**  **(100-120g)** | **汤类** |
| 周一 | 红烧带骨上腿 | 虾糕藕片 | 羊肚丝木耳鸡蛋 | 青椒豆芽 | 平菇蛋汤 |
| 周二 | 牙签肉 | 西芹培根 | 土豆小蛋 | 毛白菜 | 榨菜木耳汤 |
| 周三 | 大肉排 | 五香肉糜豆腐 | 香肠花菜 | 糖醋包菜 | 番茄鱼圆汤 |
| 周四 | 盐酥半翅 | 油三角白菜肉片 | 西红柿炒蛋 | 炒青菜 | 玉米鸡汤 |
| 周五 | 黄焖鸡块 | 肉米海带丝 | 土豆肉丁 | 如意菜粉丝 | 紫菜蛋汤 |