2020.9.1--2020.9.4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 星期二 | 星期三 | 星期四 |  | 星期五 |
| 脆皮炸鸡 | 红烧鸡翅 | 奥尔良腿排 |  | 卡茨鸡排 |
| 100克 | 鸡翅120克 | 腿排100克 |  | 100克 |
| 冬瓜肉片 | 骨肉相连 | 土豆肉片 |  | 百叶肉丝 |
| 冬瓜100克 肉片30克 | 60克 | 土豆80克 肉片30克 |  | 百叶60克 肉丝30克 |
| 三鲜丸子 | 肉末豆腐 | 酱油炖蛋 |  | 清蒸培根 |
| 鹌鹑蛋丸子120克 | 肉末30克 豆腐100克 | 鸡蛋80克 |  | 培根60克 |
| 青椒土豆丝 | 清炒黄瓜 |  酸辣包菜 |  | 韭菜绿豆芽 |
| 土豆丝100克 青椒10克 | 黄瓜120克 |  包菜120克 |  | 韭菜20克绿豆芽100克 |