2020.9.21--2020.9.25

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 星期一 | 星期二 | 星期三 |  星期四 | 星期五 |
|  脆皮炸鸡 |  红烧鸡块 |  糖醋排骨 |  调理腿排 |  卡茨鸡排 |
|  100克 | 鸡块120土豆40克 | 排骨60，土豆40克 |  100克 |  100克 |
| 宫保鸡丁 |  骨肉相连 |  黑椒鸡块 |  番茄炒蛋 | 肉末豆腐 |
|  土豆50克，鸡丁50克， 其他20克 | 80克 |  80克 | 番茄80克鸡蛋40克 | 肉末20克.豆腐100克 |
| 三鲜丸子 |  小瓜肉片 | 酱油炖蛋 |  鱼香肉丝 |  黄瓜炒蛋 |
| 鹌鹑蛋40克， 丸子80克 | 小瓜30克 冬瓜100克 | 鸡蛋80克 | 青椒木耳80克肉丝40 | 黄瓜80克鸡蛋40克 |
| 大白菜百叶 | 酸辣包菜丝 |  青菜面巾 | 韭菜绿豆芽 | 青椒土豆丝 |
| 大白菜100 百叶20克  | 包菜丝100克 |  青菜100克面巾20 | 绿豆芽80韭菜40克 | 土豆120克 青椒20克 |