2020.10.19--2020.10.23

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 脆皮炸鸡 | 红烧鸡翅根 | 糖醋排骨 | 奥尔良腿排 | 咖喱鸡块 |
| 100克 | 鸡翅根120克 | 排骨60，土豆40克 | 100克 | 鸡块120克 |
| 土豆肉片 | 烤 肠 | 黑椒鸡块 | 炖 蛋 | 生瓜肉片 |
| 土豆60克，肉片40克 | 80克 | 80克 | 鸡蛋80克 | 生瓜100克，肉片30克 |
| 三鲜丸子 | 杏鲍菇炒蛋 | 肉末豆腐 | 芹菜香干肉丝 | 骨肉相连 |
| 丸子100克 | 杏鲍菇80，鸡蛋40 | 肉末20豆腐100克 | 香干80克肉丝40克 | 80克 |
| 大白菜粉丝 | 酸辣包菜丝 | 青菜面巾 | 青椒土豆丝 | 三色黄豆芽 |
| 大白菜100 粉丝20克 | 包菜120克 | 青菜100克面巾20 | 土豆丝80青椒20克 | 黄豆芽100克 |