2020.11.9--2020.11.13

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 星期一 | 星期二 | 星期三 |  星期四 | 星期五 |
| 脆皮炸鸡 |  咖喱鸡块 |  红烧排骨 |  卡茨鸡排 |  麻辣鸭块 |
|  100克 | 鸡块120克 | 排骨60，土豆40克 |  100克 |  鸭块120克 |
|  土豆肉片 |  肉 串 |  烤 肠 |  炖 蛋 | 花菜炒培根 |
| 土豆50克，肉片40克 | 80克 |  烤肠80克 | 鸡蛋80克 | 花菜80克，培根40克 |
|  撒尿牛丸 |  番茄炒蛋 |  香干肉丝 |  肉末豆腐 |  骨肉相连 |
|  80克 | 番茄80，鸡蛋40 | 香干60肉丝40克 | 豆腐80克肉末20克 | 80克 |
| 大白菜粉丝 |  蒜泥海带 |  清炒黄瓜 |  青菜面巾 | 三色黄豆芽 |
| 大白菜100 粉丝20克  | 海带丝100克 |  黄瓜100克 | 青菜100克面巾20 |  黄豆芽100克 |