2020.11.23--2020.11.27

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 脆皮炸鸡 | 咖喱鸡块 | 百叶结煨肉 | 卡茨鸡排 | 红烧鸭块 |
| 100克 | 鸡块120克 | 腿肉60百叶结40克 | 100克 | 鸭块120克 |
| 宫保鸡丁 | 面巾塞肉 | 清蒸培根 | 炖 蛋 | 花菜炒肉片 |
| 土豆50克，鸡丁40克 | 80克 | 培根80克 | 鸡蛋80克 | 花菜80克，肉片30克 |
| 牛肉丸 | 杏鲍菇炒蛋 | 香干肉丝 | 肉末豆腐 | 黑椒鸡块 |
| 100克 | 杏鲍菇80，鸡蛋40 | 香干60肉丝40克 | 豆腐80克肉末20克 | 80克 |
| 青椒海带丝 | 韭菜绿豆芽 | 青椒土豆丝 | 青菜平菇 | 酸辣包菜丝 |
| 海带100 青椒20克 | 绿豆芽100克 | 土豆丝100克 | 青菜100克平菇30 | 包菜120克 |