虹景小学食堂第15周菜谱

（5月23日—5月27日）

| 日期 | 类别 | 品名 | 主配料 | 克重（g） |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 周一 | 主食 |  小米饭 | 大米 | 70 |
| 小米 | 7 |
| 大荤 | 农家肉圆 | 肉圆 | 100 |
| / | / |
| 小荤 | 包菜胡萝卜炒肉丝 | 肉丝 | 60 |
| 包菜 | 30 |
| 胡萝卜 | 10 |
| 素菜 | 如意菜 | 黄豆芽 | 110 |
| / | / |
| / | / |
| 汤 | 榨菜蛋汤 | 榨菜丝 | 20 |
| 鸡蛋 | 25 |
| / | / |
|  | 南瓜 | 南瓜 | 100 |
|  |  |
| 周二 | 主食 | 白米饭 | 大米 | 70 |
| / | / |
| 大荤 | 红烧牛肉丸 | 牛肉丸 | 100 |
| / | / |
| 小荤 | 肉末豆腐 | 肉末 | 60 |
| 豆腐 | 40 |
| / | / |
| 素菜 | 炒青菜 | 青菜 | 110 |
| / | / |
| 汤 | 金针菇蛋汤 | 金针菇 | 20 |
| 鸡蛋 | 25 |
| / | / |
|  玉米棒 | 玉米棒 | 100 |
| 周三 | 主食 | 燕麦饭 | / | / |
| 大米 | 70 |
| 燕麦 | 7 |
| / | / |
| / | / |
| 大荤 | 红烧肉 | 肉块、萝卜 | 90、30 |
| 小荤 | 包菜鸡蛋炒粉丝 | 包菜、鸡蛋、粉丝 |  30、50、30 |
| 素菜 | 木耳炒白菜 | 木耳 | 10 |
| 白菜 | 100 |
| 汤 | 紫菜蛋汤 |  紫菜 | 2 |
| 鸡蛋 | 25 |
| / | / |
|  | 红糖馒头 | 红糖馒头 | 100 |
|  |  |
| 周四 | 主食 | 春游 | / | / |
| / | / |
| 大荤 | / | / | / |
| / | / |
| 小荤 | / | / | / |
| / | / |
| / | / |
| / | / |
| / | / |
| 素菜 | / | / | / |
| / | / |
| / | / |
| 汤 | / | / | / |
| / | / |
| / | / |
|  | / | / | / |
| 周五 | 主食 | 芝麻饭 | 大米 | 70 |
| 芝麻 | 7 |
| 大荤 | 面筋塞肉 | 面筋塞肉 | 100 |
| 小荤 | 咖喱肉丁 | / | / |
| 肉丁 | 60 |
| 土豆 | 30 |
| 胡萝卜 | 10 |
| / | / |
| 素菜 | 手撕包菜 | 包菜 | 100 |
| 胡萝卜 | 10 |
| 汤 | 酸辣汤 | 鸭血 | 30 |
| 百叶丝 | 20 |
| / | / |
|  | 饼干 | 饼干 | 100 |
|  |  |