|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 北郊小学第二周菜单（2023.02.13-02.17） | | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 素菜 | 汤 | 主食 | 辅食 |
| 周一 | 咕咾肉 | / | 清炒大白菜 | 紫菜蛋汤 | 扬州炒饭 | 万年青饼干 |
| 克重（g) | 猪里脊：80 | / | 大白菜：120 | 紫菜：15；鸡蛋：10 | 1-3年级：大米50；4-6年级：大米70；火腿：10；鸡蛋：10；胡萝卜：10；豌豆：10 | 1袋 |
| 周二 | 面筋塞肉 | 杏鲍菇炒蛋 | 清炒包菜丝 | 白菜木耳蛋汤 | 白米饭 | 桔子 |
| 克重（g) | 油面筋5；肉糜：75 | 杏鲍菇：60；鸡蛋：30 | 包菜：120 | 白菜：10；水发木耳：5；鸡蛋：10 | 1-3年级：大米50；      4-6年级：大米70； | 1个 |
| 周三 | 红烧鸭块 | / | 韭菜绿豆芽 | 番茄蛋汤 | 意大利面 | 香梨 |
| 克重（g) | 鸭块：80 | / | 韭菜：10；绿豆芽：110 | 番茄:15；鸡蛋：10 | 1-3年级：意大利面50；4-6年级：意大利面70；西红柿：45；肉糜：15 | 1个 |
| 周四 | 黑椒牛肉粒 | 西芹肉丝 | 胡萝卜土豆丝 | 冬瓜海带汤 | 白米饭 | 酸奶 |
| 克重（g) | 牛肉：80 | 西芹：60；肉丝：30 | 胡萝卜：10；土豆：110 | 冬瓜丁：15；海带丝：10 | 1-3年级：大米50；      4-6年级：大米70； | 1杯 |
| 周五 | 红烧大排 | 红烧土豆鸡片 | 青菜面筋 | 金针菇蛋汤 | 白米饭 | 桔子 |
| 克重（g) | 大排：80 | 鸡片：30；土豆：60； | 青菜：110；油面筋：10 | 金针菇:15；鸡蛋：10 | 1-3年级：大米50；      4-6年级：大米70； | 1个 |