|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第十一周（2023.11.13-2023.11.17）午餐 | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 蔬菜 | 汤 | 水果或酸奶或点心 |
| 星期一 | 糖醋排骨 （排骨100克 ） | 玉米鸡丁 （玉米粒80克 鸡丁40克） | 葱油莴苣 （净莴苣100克） | 番茄蛋汤（番茄鸡蛋） | 酸奶 |
| 星期二 | 黄焖鸡块 （鸡块120克） | 豇豆肉丝 （豇豆80克.肉丝40克） | 萝卜素鸡 （白萝卜80克素鸡40克） | 冬瓜排骨汤（冬瓜排骨） | 桔子 |
| 星期三 | 椒盐扇子骨 （扇子骨120克） | 肉末蒸蛋 （肉末10克鸡蛋70克） | 青菜面筋 （青菜100克油面筋20克） | 常州豆腐汤（豆腐百叶鸭血） | 酸奶 |
| 星期四 | 酸汤肥牛 （酸菜40克肥牛80克） | 土豆肉片 （土豆80克肉片40克） | 青椒绿豆芽 (青椒20克绿豆芽120克) | 榨菜蛋汤 （榨菜鸡蛋） | 香蕉 |
| 星期五 | 百叶结煨肉 （腿肉100克百叶结30克 | 鱼香肉丝 （洋葱80克肉丝40克） | 毛白菜油豆腐 （毛白菜100油豆腐20克） | 鸭血粉丝汤 （鸭血粉丝） | 酸奶 |