|  |
| --- |
| 第十九周（2024.1.8-2024.1.12）午餐  |
|  日期 |  大荤 |  小荤  |  蔬菜 |  汤 |  水果或酸奶或点心 |
|  星期一 | 红烧肉圆 （肉末100克 ）  | 大葱炒鸡蛋 （大葱60 鸡蛋40胡萝卜20）  | 青菜烧豆腐 （青菜100克豆腐20克） | 番茄蛋汤（番茄鸡蛋） | 酸奶 |
|  星期二 | 红烧鸡腿 （鸡腿120克）  | 三鲜丸子 （肉末60克.鹌鹑蛋40克）  | 萝卜素鸡 （白萝卜80克素鸡40克） | 冬瓜排骨汤（冬瓜排骨） | 烧麦 |
|  星期三 | 椒盐扇子骨 （扇子骨120克） | 莴苣烧鸭块 （莴苣80克鸭块40克） | 红汤百叶 （百叶100克） | 常州豆腐汤 （豆腐百叶鸭血） | 香蕉 |
|  星期四 | 酱香鸭腿 （鸭腿120克） | 生 瓜 肉 片 （生瓜80克肉片40克） | 韭菜绿豆芽 （20克绿豆芽120克) | 榨菜蛋汤 （榨菜鸡蛋） | 桔子 |
|  星期五  | 剁椒鱼块 （鱼块100克) | 鱼香肉丝 （洋葱80克肉丝40克） | 毛白菜油百叶 （毛白菜100百叶20克） | 酸 辣 血 汤（鸭血）  | 酸奶 |