|  |
| --- |
| 第六周（2024.03.25-2024.03.29）午餐  |
|  日期 |  大荤 |  小荤  |  蔬菜 |  汤 |  水果或酸奶或点心 |
|  星期一 | 红烧排骨 （排骨100克）  | 莴苣虾糕 （虾糕40克莴苣80克）  | 大白菜腐竹 （大白菜100克腐竹20） | 番茄鸡蛋汤 （番茄鸡蛋） | 蒸饺 |
|  星期二 | 酱香鸭腿 （鸭腿120克）  | 土豆肉片 （土豆80克肉片40）  | 青椒绿豆芽 （青椒20克绿豆芽100） | 冬瓜排骨汤（冬瓜排骨） | 沃柑 |
|  星期三 | 红烧鸡块 （鸡块130克）  | 三鲜丸子 （肉末60克鹌鹑蛋40） | 毛白菜面筋 （毛白菜120克面筋20克） | 常州豆腐汤（豆腐百叶鸭血） | 冰红茶 |
|  星期四 | 酸菜鱼 （鱼片60克酸菜40克） | 肉末蒸蛋 （肉末10克鸡蛋70克） | 酸 辣 土 豆 丝 （土豆120克） | 鸭血粉丝汤（鸭血粉丝） | 香蕉 |
|  星期五  | 红烧肉 （腿肉100克） | 番茄炒蛋 （番茄80克鸡蛋40克） | 青菜百叶 （青菜100克百叶20克） | 牛肉羮 （牛肉鸡蛋） | 烧麦 |