|  |
| --- |
| 第九周（2024.04.15--2024.04.19）晚餐  |
|  日期 |  大荤 |  小荤  |  蔬菜 |  汤 |  水果或点心 |
|  星期一 | 孜然小酥肉 （小酥肉100克）  | 鱼香肉丝 （洋葱40肉丝40土豆40）  | 青菜百叶 （青菜100克百叶20克） | 青菜面条汤（青菜面条） | 冰红茶 |
|  星期二 | 脆皮炸鸡 （鸡块100克）  | 藕炒肉片 （藕80克肉片40克） |  酸辣包菜 （包菜100胡萝卜10）  | 紫菜蛋汤 （紫菜鸡蛋） | 香菇菜包 |
|  星期三 | 红烧大排 （大排100克） | 咖喱鸡丁 （土豆60鸡丁40） | 蒜泥黄瓜 （黄瓜100克） | 红豆元宵汤（红豆小元宵） | 玉米 |
|  星期四 | 奥尔良翅根 （鸡翅根120克）  | 土豆粉肉丸 （土豆粉60肉末60克） | 芹菜白干 （芹菜20白干80克） | 青菜面条汤（青菜面条） | 沃柑 |
|  星期五  | 红烧鸭腿 （ 鸭腿 120 克） | 骨肉相连 （骨肉相连） | 冬瓜木耳 （冬瓜100木耳10） | 番茄蛋汤 （番茄鸡蛋） | 紫薯包 |