|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第十一周（2024.04.28-2024.04.30）晚餐 | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 蔬菜 | 汤 | 水果或点心 |
| 星期日 | 红烧鸡腿 （鸡腿120克） | 牛肉丸 （牛肉丸80克） | 包菜粉丝 （包菜80克粉丝20） | 青菜面条汤（青菜面条） | 紫薯包 |
| 星期一 | 孜然小酥肉 （小酥肉100克） | 洋葱炒蛋 （洋葱80克鸡蛋40克） | 咖喱土豆片 （土豆120胡萝卜10） | 紫菜蛋汤 （紫菜鸡蛋） | 香菇菜包 |
| 星期二 | 奥尔良翅根 （鸡翅根120克） | 骨肉相连 （骨肉相连80克） | 红烧茄子 （茄子100克） | 红豆元宵汤（红豆小元宵） | 烧 麦 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |