|  |
| --- |
| 第十二周（2024.05.06-2024.05.11）晚餐  |
|  日期 |  大荤 |  小荤  |  蔬菜 |  汤 |  水果或点心 |
|  星期一 |  卡茨鸡排 （鸡排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） | 卡通包 |
|  星期二 | 脆皮炸鸡 （鸡块100克）  | 牛肉丸 （牛肉丸80克） |  肉末粉丝 （粉丝80肉末10克）  | 紫菜蛋汤 （紫菜鸡蛋） | 香菇菜包 |
|  星期三 | 土豆牛肉 （土豆60克牛肉70克）  | 藕炒肉片 （藕80克肉片40克） |  酸辣包菜 （包菜120胡萝卜10） | 红豆元宵汤（红豆小元宵） | 沃柑 |
|  星期四 | 奥尔良翅根 （鸡翅根120克）  | 莴苣炒蛋 （莴苣80鸡蛋40） | 麻辣豆腐 （肉末10豆腐100克） | 青菜面条汤（青菜面条） | 烧麦 |
|  星期五 | 黄焖鸡块 （鸡块120克） | 骨肉相连 （骨肉相连） | 蒜泥花菜 （有机花菜120克） | 番茄蛋汤 （番茄鸡蛋） | 蒸饺 |
|  星期六 | 百叶卷肉 （百叶20肉末90） | 洋葱小酥肉 （洋葱40小酥肉60）  | 雪菜粉皮 （雪菜50粉皮50） | 榨菜鸡蛋汤（榨菜鸡蛋） | 冰红茶 |