

2023-2024 学年第二学期第 1 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

2 月 19 日 (周一)	2 月 20 日 (周二)	2 月 21 日 (周三)	2 月 22 日 (周四)	2 月 23 日 (周五)
		五香鸡腿 (100g)	香酥鸡排 (120g)	五香卤牛肉 (60g)
		椒盐基尾虾 (60g)	虾仁黄瓜鸡蛋 (黄瓜 30g、虾仁 30g、鸡蛋 50g)	杏鲍菇肉片 (杏鲍菇 50g、肉片 40g)
		炒包菜丝 (120g)	清炒旱芹 (90g)	麻辣豆腐 (100g)
		西兰花胡萝卜 (西兰花 40g、胡萝卜 30g)	剁椒白菜 (100g)	大青菜 (110g)
		西湖牛肉汤 (100g)	冬瓜海带汤 (100g)	牛骨汤 (110g)
		爱尚酸奶 (125g)	芦柑 (90g)	芦荟酸奶 (125g)

2023-2024 学年第二学期第 2 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

2 月 26 日 (周一)	2 月 27 日 (周二)	2 月 28 日 (周三)	2 月 29 日 (周四)	3 月 1 日 (周五)
萝卜煨肉 (肉 40g、萝卜 50g)	虾仁鸡蛋 (虾仁 30g、鸡蛋 40g)	面筋塞肉 (90g)	白萝卜煨排骨 (白萝卜 40g、排骨 40g)	香卤鸡腿 (100g)
香酥鸡排 (120g)	糖醋排骨 (100g)	椒盐基尾虾 (90g)	香辣翅根 (100g)	素肠肉块 (肉块 50g、素肠 40g)
麻辣豆腐 (100g)	鱼香肉丝 (100g)	西兰花胡萝卜 (西兰花 40g、胡萝卜 30g)	麻辣豆腐 (100g)	番茄炒蛋 (番茄 40g、鸡蛋 30g)
炒菠菜 (100g)	炒青菜 (120g)	剁椒大白菜 (120g)	青菜香菇 (青菜 90g、香菇 30g)	炒包菜 (120g)
冬瓜海带汤 (100g)	虾皮紫菜汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)	鸭血豆腐汤 (100g)	冬瓜海带汤 (100g)	虾皮紫菜汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)
原味酸奶 (125g)	草莓酸奶 (125g)	爱尚酸奶 (125g)	原味酸奶 (125g)	芦荟酸奶 (125g)

2023-2024 学年第二学期第 2 周带量晚餐菜单

2 月 26 日 (周一)	2 月 27 日 (周二)	2 月 28 日 (周三)	2 月 29 日 (周四)	3 月 1 日 (周五)
香卤鸡腿 (100g)	香辣翅根 (100g)	红烧肉 (90g)	百叶卷肉 (90g)	红烧肉元 (90g)
肉丝煨冬瓜 (肉丝 30g、冬瓜 40g)	鱼豆腐 (70g)	干烧三鲜 (90g)	土豆鸡块 (加快 40g、土豆 70g)	红烧鱼 (80g)
素肠肉块 (肉块 50g、素肠 40g)	肉沫粉丝 (肉沫 30g、粉丝 40g)	番茄炒蛋 (番茄 40g、鸡蛋 30g)	肉沫粉丝 (肉沫 30g、粉丝 40g)	咖喱土豆 (80g)
剁椒大白菜 (120g)	炒菠菜 (100g)	炒包菜 (120g)	炒毛白菜 (110g)	炒青菜 (120g)
毛白菜汤 (100g)	榨菜蛋汤 (100g)	咸菜蛋汤 (70g)	紫菜蛋汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)	榨菜蛋汤 (100g)

2023-2024 学年第二学期第 3 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

3 月 4 日 (周一)	3 月 4 日 (周二)	3 月 6 日 (周三)	3 月 7 日 (周四)	3 月 8 日 (周五)
腐汁红烧肉(90g)	香辣翅根(100g)	五香卤牛肉 (100g)	香酥鸡排(120g)	咖喱土豆鸡块 (土豆 50g、鸡块 50g)
宫爆鸡丁 (100g)	肉汁素几(120g)	麻辣豆腐 (100g)	虾仁鸡蛋 (虾仁 30g、鸡蛋 50g)	红烧鱼块 (100g)
炒早芹 (100g)	鱼香肉丝(100g)	水腌菜炒肉丝(肉 丝 40g、腌菜 30g)	青椒香干 (青椒 20g、香干 40g)	红汤百叶 (百叶 60g、配菜 30g)
麻辣豆腐 (100g)	剁椒大白菜 (120g)	肉末大白菜粉丝 (肉沫 30g、粉丝 40g、白菜 30g)	炒包菜 (120g)	剁椒大白菜 (120g)
猪血汤 (120g)	紫菜蛋汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)	牛骨汤 (120g)	西湖牛肉汤 (100g)	毛白菜汤 (100g)
草莓酸奶 (125g)	原味酸奶(125g)	芦柑 (120g)	原味酸奶(125g)	芦荟酸奶 (125g)

2023-2024 学年第二学期第 3 周带量晚餐菜单

3 月 4 日 (周一)	3 月 4 日 (周二)	3 月 6 日 (周三)	3 月 7 日 (周四)	3 月 8 日 (周五)
红烧鸡腿块(90g)	土豆牛腩 (牛腩 30g、土豆 70g)	蛋饺 (100g)	糖醋排骨(100g)	香辣翅根 (100g)
咸肉元 (100g)	三鲜鱼丸 (鱼丸 40g、配菜 50g)	五香鸡腿 (120g)	宫爆鸡丁(100g)	百叶卷肉 (100g)
中椒海带丝(中椒 30g、海带丝 50g)	中椒鸡腿菇 (中 椒 30g、鸡腿菇 70g)	西兰花胡萝卜(西 兰花 40g、胡萝卜 30g)	肉末白菜粉丝 (肉沫 30g、粉 丝 40g、白菜 30g)	中椒土豆丝 (中 椒 30g、土豆 70g)
炒包菜 (120g)	炒青菜 (120g)	糖醋包菜 (120g)	青菜香菇(120g)	炒包菜 (120g)
榨菜蛋汤 (100g)	咸菜鸡蛋汤 (100g)	冬瓜海带汤(70g)	西红柿蛋汤 (120g)	虾皮紫菜汤 (紫 菜 8g、鸡蛋 30g)

2023-2024 学年第二学期第 4 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

3 月 11 日 (周一)	3 月 12 日 (周二)	3 月 13 日 (周三)	3 月 14 日 (周四)	3 月 15 日 (周五)
笃三鲜 (100g)	土豆牛腩 (牛腩 30g、土豆 70g)	鹌鹑蛋烧肉(猪肉 60g、鹌鹑蛋 30g)	红烧肉圆 (90g)	香辣翅根 (100g)
香酥鸡排 (120g)	手工蛋饺(100g)	椒盐基尾虾(80g)	宫爆鸡丁(100g)	红烧鱼块 (100g)
麻辣豆腐 (100g)	大蒜苕菇 (大蒜 30g、苕菇 40g)	青椒干丝 (青椒 30g、香干 40g)	海带肉丝 (海带 30g、肉丝 40g)	鱼香肉丝 (100g)
炒青菜苔 (120g)	炒菠菜 (120g)	炒毛白菜 (120g)	炒包菜丝(120g)	炒青菜苔 (120g)
虾皮紫菜汤(紫菜 8g、鸡蛋 30g)	冬瓜海带汤 (120g)	西湖牛肉汤 (100g)	番茄蛋汤(120g)	毛白菜汤 (100g)
芦荟酸奶 (125g)	原味酸奶(125g)	芦柑 (120g)	原味酸奶(125g)	草莓酸奶 (125g)

2023-2024 学年第二学期第 4 周带量晚餐菜单

3 月 11 日 (周一)	3 月 12 日 (周二)	3 月 13 日 (周三)	3 月 14 日 (周四)	3 月 15 日 (周五)
糖醋排骨 (100g)	香卤鸡腿(120g)	笃三鲜 (100g)	土豆牛腩 (牛腩 30g、土豆 70g)	糖醋排骨 (100g)
宫爆鸡丁 (100g)	清汤肉圆 (90g)	香酥鸡排 (120g)	三鲜鱼丸 (鱼丸 40g、配菜 50g)	咖喱土豆鸡块 (土豆 50g、鸡块 50g)
肉沫粉丝白菜(肉沫 30g、粉丝 40g、白菜 30g)	番茄炒蛋 (番茄 30g、鸡蛋 40g)	中椒鸡腿菇(中椒 30g、鸡腿菇 70g)	肉沫粉丝白菜 (肉沫 30g、粉丝 40g、白菜 30g)	番茄炒蛋 (番茄 70g、鸡蛋 30g)
西兰花炒木耳(西兰花 50g、木耳 20g)	什锦菜 (100g)	炒青菜苔 (120g)	炒菠菜 (100g)	炒包菜 (120g)
咸菜蛋汤 (100g)	榨菜蛋汤(100g)	紫菜蛋汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)	鸭血豆腐汤 (120g)	肉沫冬瓜汤 (120g)

2023-2024 学年第二学期第 6 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

3 月 25 日（周一）	3 月 26 日（周二）	3 月 27 日（周三）	3 月 28 日（周四）	3 月 29 日（周五）
糖醋排骨（100g）	笃三鲜（100g）	原味牛肉（100g）	清汤肉元（90g）	剁椒巴沙鱼（100g）
香酥鸡排（120g）	宫爆鸡丁（100g）	大白菜肉沫粉丝（肉沫 30g、粉丝 40g、白菜 30g）	香辣翅根（100g）	红烧肉元（90g）
麻辣豆腐（100g）	大蒜苕菇（大蒜 30g、苕菇 40g）	麻辣豆腐（100g）	番茄炒蛋（番茄 30g、鸡蛋 40g）	青椒香干（青椒 30g、香干 40g）
炒青菜（120g）	炒菠菜（100g）	糖醋包菜（120g）	中椒绿豆芽（中椒 30g、绿豆芽 40g）	炒青菜（120g）
番茄肉沫鸡蛋汤（120g）	紫菜虾皮汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	牛骨汤（110g）	鸭血豆腐汤（100g）	冬瓜海带汤（100g）
草莓酸奶（125g）	原味酸奶（125g）	香蕉（120g）	原味酸奶（125g）	芦荟酸奶（125g）

2023-2024 学年第二学期第 6 周带量晚餐菜单

3 月 25 日（周一）	3 月 26 日（周二）	3 月 27 日（周三）	3 月 28 日（周四）	3 月 29 日（周五）
鹌鹑蛋烧肉（肉 60g、鹌鹑蛋 30g）	香辣翅根（100g）	红烧鸡腿（100g）	干烧三鲜（100g）	番茄土豆牛腩（土豆 30g、牛腩 40g）
虾仁玉米（虾仁 30g、玉米 30g）	清汤肉元（90g）	酸菜巴沙鱼（100g）	糖醋排骨（100g）	笃三鲜（100g）
西兰花胡萝卜（西兰花 40g、胡萝卜 30g）	中椒鸡腿菇（中椒 30g、鸡腿菇 70g）	玉米棒（80g）	黄瓜炒蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）	炒包菜（120g）
什锦菜（100g）	炒青菜（120g）	剁椒大白菜（100g）	炒菠菜（100g）	麻辣豆腐（100g）
冬瓜海带汤（120g）	毛白菜汤（90g）	咸菜蛋汤（80g）	紫菜虾皮汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	榨菜蛋汤（100g）

2023-2024 学年第二学期第 7 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

4 月 1 日（周一）	4 月 2 日（周二）	4 月 3 日（周三）	4 月 4-6 日休息	4 月 7 日（周日）
笃三鲜（100g）	清汤肉元（90g）	番茄土豆牛肉（牛肉 30g、土豆 70g）		干烧三鲜（100g）
香辣翅根（100g）	虾仁玉米（虾仁 30g、玉米 40g）	红烧鸡块（100g）		糖醋排骨（100g）
大蒜苕菇（大蒜 30g、苕菇 40g）	中椒肉片鸡腿菇（肉片 30g、鸡腿菇 40g）	玉米棒（90g）		麻辣豆腐（100g）
炒青菜（120g）	糖醋包菜（120g）	炒青菜（120g）		黄瓜炒蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）
西湖牛肉羹（100g）	虾皮紫菜汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	猪血豆腐汤（100g）		冬瓜海带汤（100g）
草莓酸奶（125g）	原味酸奶（125g）	香蕉（120g）		芦荟酸奶（125g）

2023-2024 学年第二学期第 7 周带量晚餐菜单

4 月 1 日（周一）	4 月 2 日（周二）	4 月 3 日（周三）	4 月 4-6 日休息	4 月 7 日（周日）
红烧鸡腿（100g）	鹌鹑蛋煨肉（肉 60g、鹌鹑蛋 30g）	红烧肉元（90g）		百叶卷肉（90g）
黄瓜炒腊肠（黄瓜 30g、腊肠 40g）	咖喱土豆鸡块（土豆 60g、鸡块 40g）	香酥鸡排（120g）		红烧鸡腿块（100g）
肉汁素几（100g）	番茄炒蛋（番茄 30g、鸡蛋 40g）	中椒香干（中椒 20g、香干 40g）		肉沫粉丝白菜（肉沫 30g、白菜 30g、粉丝 40g）
大白菜粉丝（粉丝 40g、白菜 50g）	中椒绿豆芽（中椒 30g、绿豆芽 50g）	炒毛白菜（100g）		炒青菜（120g）
冬瓜海带汤（100g）	咸菜蛋汤（90g）	榨菜蛋汤（100g）		虾皮紫菜汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）

2023-2024 学年第二学期第 8 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

4 月 8 日（周一）	4 月 9 日（周二）	4 月 10 日（周三）	4 月 11 日（周四）	4 月 12 日（周五）
番茄牛腩土豆（牛腩 30g、土豆 40g）	糖醋排骨（100g）	鹌鹑蛋煨肉（肉 60g、鹌鹑蛋 30g）	百叶卷肉（90g）	香卤鸡腿（90g）
红烧肉元（90g）	香酥鸡排（120g）	中椒鸭胗片（中椒 30g、鸭胗 40g）	三鲜鱼丸（90g）	虾仁玉米（虾仁 30g、玉米 40g）
中椒香干（中椒 30g、香干 40g）	肉沫麻辣豆腐（肉沫 30g、豆腐 40g）	黄瓜炒蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）	中椒土豆肉丝（中椒 20g、土豆 40g、肉丝 30g）	肉沫粉丝白菜（肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g）
炒青菜（120g）	中椒绿豆芽（中椒 30g、绿豆芽 50g）	炒青菜（120g）	糖醋包菜（120g）	麻辣豆腐（100g）
冬瓜海带汤（100g）	虾皮紫菜汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	西湖牛肉羹（100g）	鸭血豆腐汤（110g）	肉沫番茄鸡蛋羹（110g）
原味酸奶（125g）	草莓酸奶（125g）	香蕉（120g）	原味酸奶（125g）	芦荟酸奶（125g）

2023-2024 学年第二学期第 8 周带量晚餐菜单

4 月 8 日（周一）	4 月 9 日（周二）	4 月 10 日（周三）	4 月 11 日（周四）	4 月 12 日（周五）
笃三鲜（100g）	清汤咸肉元（90g）	土豆牛腩（土豆 40g、牛腩 30g）	酸菜巴沙鱼（100g）	干烧三鲜（100g）
宫爆鸡丁（100g）	红烧鸡块（90g）	鱼香肉丝（100g）	肉汁素几（100g）	糖醋排骨（100g）
中椒土豆肉丝（中椒 20g、土豆 40g、肉丝 30g）	大蒜芋菇（大蒜 30g、芋菇 40g）	中椒鸡腿菇（中椒 30g、鸡腿菇 70g）	木耳炒蛋（木耳 30g、鸡蛋 40g）	西芹香干（西芹 40g、香干 30g）
炒毛白菜（100g）	炒菠菜（100g）	剁椒大白菜（120g）	中椒绿豆芽（中椒 30g、绿豆芽 70g）	炒包菜（120g）
咸菜蛋汤（100g）	毛白菜汤（100g）	榨菜蛋汤（100g）	虾皮紫菜汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	榨菜蛋汤（100g）

2023-2024 学年第二学期第 9 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

4 月 15 日 (周一)	4 月 16 日 (周二)	4 月 17 日 (周三)	4 月 18 日 (周四)	4 月 19 日 (周五)
中椒鸭肫片(中椒 30g、鸭肫 40g)	咸排莴苣(咸排 30g、莴苣 40g)	五香牛肉 (100g)	酸菜豆芽巴沙鱼(豆芽 30g、巴沙鱼 40g)	糖醋排骨 (100g)
红烧肉元 (90g)	香辣翅根 (90g)	红烧鸡块 (90g)	虾仁玉米(玉米 30g、虾仁 30g)	干烧三鲜 (100g)
番茄炒蛋(番茄 40g、鸡蛋 30g)	西芹香干(西芹 40g、香干 30g)	麻辣豆腐 (100g)	肉沫粉丝白菜(肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g)	中椒土豆肉丝(土豆 40g、肉丝 30g)
炒菠菜 (100g)	炒毛白菜(100g)	炒青菜 (120g)	炒菠菜 (100g)	炒青菜 (120g)
虾皮紫菜汤(紫菜 8g、鸡蛋 30g)	冬瓜海带汤 (100g)	牛骨汤 (100g)	豆腐汤 (100g)	虾皮紫菜汤(紫菜 8g、鸡蛋 30g)
芦荟酸奶 (125g)	原味酸奶(125g)	香蕉 (120g)	原味酸奶(125g)	草莓酸奶 (125g)

2023-2024 学年第二学期第 9 周带量晚餐菜单

4 月 15 日 (周一)	4 月 16 日 (周二)	4 月 17 日 (周三)	4 月 18 日 (周四)	4 月 19 日 (周五)
红烧鸡腿 (100g)	糖醋排骨(100g)	排骨煨毛笋(排骨 40g、毛笋 50g)	清汤咸肉元 (90g)	番茄牛腩土豆(土豆 50g、牛腩 40g)
中椒肉丝(中椒 30g、肉丝 40g)	宫爆鸡丁(100g)	黄瓜炒鸡蛋(黄瓜 40g、鸡蛋 30g)	香酥鸡排(120g)	肉汁素肠 (100g)
咖喱土豆 (100g)	中椒鸡腿菇(中椒 30g、鸡腿菇 70g)	大蒜苣荬(大蒜 30g、苣荬 40g)	鱼香肉丝(100g)	中椒香干(中椒 30g、香干 40g)
糖醋包菜 (110g)	炒包菜 (120g)	剁椒大白菜 (120g)	中椒绿豆芽(中椒 30g、绿豆芽 70g)	肉沫粉丝大白菜(肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g)
咸菜蛋汤 (100g)	榨菜蛋汤(100g)	番茄鸡蛋羹 (100g)	毛白菜汤(100g)	榨菜蛋汤 (100g)

2023-2024 学年第二学期第 10 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

4 月 22 日（周一）	4 月 23 日（周二）	4 月 24 日（周三）	4 月 25 日（周四）	4 月 26 日（周五）
笃三鲜（100g）	中椒鸭肫片（中椒 30g、鸭肫 40g）	五香牛肉（100g）	酸菜豆芽巴沙鱼（豆芽 30g、巴沙鱼 40g）	糖醋排骨（100g）
香辣翅根（90g）	红烧肉元（90g）	虾仁玉米（玉米 30g、虾仁 30g）	香卤鸡腿（100g）	干烧三鲜（100g）
西芹香干（西芹 40g、香干 30g）	番茄炒蛋（番茄 40g、鸡蛋 30g）	麻辣豆腐（100g）	肉沫粉丝白菜（肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g）	中椒土豆肉丝（土豆 40g、肉丝 30g）
炒毛白菜（100g）	炒菠菜（100g）	黄瓜炒蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）	炒菠菜（100g）	炒青菜（120g）
冬瓜海带汤（100g）	虾皮紫菜汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	牛骨汤（100g）	豆腐汤（100g）	虾皮紫菜汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）
原味酸奶（125g）	芦荟酸奶（125g）	香蕉（120g）	原味酸奶（125g）	草莓酸奶（125g）

2023-2024 学年第二学期第 10 周晚餐菜单

4 月 22 日（周一）	4 月 23 日（周二）	4 月 24 日（周三）	4 月 25 日（周四）	4 月 26 日（周五）
番茄牛腩土豆（土豆 50g、牛腩 40g）	糖醋排骨（100g）	排骨煨毛笋（排骨 40g、毛笋 50g）	清汤咸肉元（90g）	红烧鸡腿块（100g）
中椒肉丝（中椒 30g、肉丝 40g）	宫爆鸡丁（100g）	鱼香肉丝（100g）	香酥鸡排（120g）	肉片鸡腿菇（肉片 30g、鸡腿菇 70g）
肉汁素几（100g）	中椒鸡腿菇（中椒 30g、鸡腿菇 70g）	大蒜苕菇（大蒜 30g、苕菇 40g）	黄瓜炒鸡蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）	咖喱土豆块（100g）
炒包菜丝（110g）	炒青菜（110g）	剁椒大白菜（120g）	中椒香干（中椒 30g、香干 40g）	肉沫粉丝白菜（肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g）
榨菜蛋汤（100g）	咸菜蛋汤（100g）	番茄鸡蛋羹（100g）	毛白菜汤（100g）	榨菜蛋汤（100g）

2023-2024 学年第二学期第 11 周带量午餐菜单

米饭：大米 120g

4 月 28 日（周日）	4 月 29 日（周一）	4 月 30 日（周二）		
百叶结烧肉（肉 40g、百叶结 50g）	糖醋排骨（100g）	番茄土豆牛腩（土豆 50g、牛腩 40g）		
香辣翅根（90g）	干烧三鲜（100g）	香酥鸡排（100g）		
肉沫麻辣豆腐（肉沫 30g、豆腐 70g）	黄瓜炒蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）	茶叶蛋（80g）		
炒茼蒿丝（90g）	炒菠菜（100g）	中椒绿豆芽（中椒 30g、绿豆芽 70g）		
番茄牛肉羹（100g）	紫菜蛋汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	豆腐汤（100g）		
草莓酸奶（125g）	原味酸奶（125g）	香蕉（120g）		

2023-2024 学年第二学期第 11 周带量晚餐菜单

4 月 28 日（周日）	4 月 29 日（周一）	4 月 30 日（周二）		
红烧肉元（90g）	五香鸡腿（100g）			
宫爆鸡丁（90g）	肉汁素几（100g）			
中椒海带肉丝（海带 30g、肉丝 30g）	青椒肉丝（青椒 30g、肉丝 40g）			
大白菜粉丝（白菜 40g、粉丝 30g）	清炒包菜（100g）			
咸菜蛋汤（90g）	榨菜蛋汤（90g）			

2023-2024 学年第二学期第 12 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

5 月 6 日 (周一)	5 月 7 日 (周二)	5 月 8 日 (周三)	5 月 9 日 (周四)	5 月 10 日 (周五)	5 月 11 日 (周六)
番茄牛腩土豆 (牛腩 30g、土豆 40g)	糖醋排骨 (100g)	鹌鹑蛋煨肉 (肉 60g、鹌鹑蛋 30g)	红烧肉元 (90g)	香卤鸡腿 (90g)	香酥鸡排 (120g)
红烧肉元 (90g)	香酥鸡排 (120g)	中椒鸭胗片 (中椒 30g、鸭胗 40g)	三鲜鱼丸 (90g)	虾仁玉米 (虾仁 30g、玉米 40g)	鱼香肉丝 (100g)
中椒香干 (中椒 30g、香干 40g)	肉沫麻辣豆腐 (肉沫 30g、豆腐 40g)	黄瓜炒蛋 (黄瓜 40g、鸡蛋 30g)	中椒土豆肉丝 (中椒 20g、土豆 40g、肉丝 30g)	肉沫粉丝白菜 (肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g)	肉片鸡腿菇 (肉片 40g、鸡腿菇 70g)
炒茼蒿丝 (100g)	中椒海带丝 (中椒 30g、海带丝 50g)	炒茼蒿丝 (100g)	糖醋包菜 (120g)	麻辣豆腐 (100g)	炒菠菜 (100g)
冬瓜海带汤 (100g)	虾皮紫菜汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)	西湖牛肉羹 (100g)	鸭血豆腐汤 (110g)	肉沫番茄鸡蛋羹 (110g)	冬瓜海带汤 (100g)
芦荟酸奶 (125g)	原味酸奶 (125g)	香蕉 (120g)	草莓酸奶 (125g)	原味酸奶 (125g)	香蕉 (120g)

2023-2024 学年第二学期第 12 周带量晚餐菜单

5 月 6 日 (周一)	5 月 7 日 (周二)	5 月 8 日 (周三)	5 月 9 日 (周四)	5 月 10 日 (周五)	5 月 11 日 (周六)
百叶烧肉 (肉 50g、百叶 40g)	清汤咸肉元 (90g)	土豆牛腩 (土豆 40g、牛腩 30g)	酸菜豆芽巴沙鱼 (豆芽 50g、巴沙鱼 40g)	中椒鸭胗片 (中椒 30g、鸭胗 40g)	干烧三鲜 (100g)
宫爆鸡丁 (100g)	红烧鸡块 (90g)	奥尔良鸡排 (110g)	肉汁素几 (100g)	糖醋排骨 (100g)	百叶结烧肉 (肉 50g、百叶 40g)
中椒土豆肉丝 (中椒 20g、土豆 40g、肉丝 30g)	大蒜苕菇 (大蒜 30g、苕菇 40g)	中椒绿豆芽 (中椒 30g、绿豆芽 50g)	木耳炒蛋 (木耳 30g、鸡蛋 40g)	什锦菜 (100g)	中椒土豆肉丝 (中椒 20g、土豆 40g、肉丝 30g)
炒毛白菜 (100g)	炒菠菜 (100g)	剁椒大白菜 (120g)	炒青菜 (120g)	炒包菜 (120g)	炒青菜 (120g)
咸菜蛋汤 (100g)	毛白菜汤 (100g)	榨菜蛋汤 (100g)	虾皮紫菜汤 (紫菜 8g、鸡蛋 30g)	榨菜蛋汤 (100g)	咸菜蛋汤 (100g)

2023-2024 学年第二学期第 13 周带量午餐菜单

米饭：大米每餐 120g

5 月 13 日（周一）	5 月 14 日（周二）	5 月 15 日（周三）	5 月 16 日（周四）	5 月 17 日（周五）
糖醋排骨（100g）	番茄牛腩土豆（牛腩 30g、土豆 40g）	红烧肉元（90g）	酸菜巴沙鱼（豆芽 50g、巴沙鱼 40g）	糖醋排骨（100g）
生瓜肉片（生瓜 40g、肉片 50g）	香卤鸡腿（90g）	中椒鸭肫片（中椒 30g、鸭胗 40g）	香酥鸡排（120g）	虾仁黄瓜鸡蛋（虾仁 30g、黄瓜 30g、鸡蛋 40g）
番茄炒蛋（番茄 40g、鸡蛋 30g）	茼蒿胡萝卜丝（茼蒿 40g、胡萝卜 30g）	黄瓜炒蛋（黄瓜 40g、鸡蛋 30g）	生瓜肉片（生瓜 40g、肉片 50g）	麻辣豆腐（100g）
中椒炒绿豆芽（中椒 30g、绿豆芽 50g）	麻辣豆腐（100g）	炒菠菜（100g）	炒包菜丝（100g）	炒菠菜（100g）
紫菜鸡蛋汤（紫菜 8g、鸡蛋 30g）	冬瓜海带汤（100g）	西湖牛肉羹（100g）	鸭血豆腐汤（110g）	冬瓜海带汤（100g）
草莓酸奶（125g）	原味酸奶（125g）	香蕉（120g）	原味酸奶（125g）	芦荟酸奶（125g）

2023-2024 学年第二学期第 13 周带量晚餐菜单

5 月 13 日（周一）	5 月 14 日（周二）	5 月 15 日（周三）	5 月 16 日（周四）	5 月 17 日（周五）
红烧肉元（90g）	百叶结烧肉（肉 50g、百叶 40g）	糖醋排骨（100g）	番茄牛腩土豆（牛腩 30g、土豆 40g）	红烧肉元（90g）
香酥鸡排（120g）	宫爆鸡丁（100g）	三鲜鱼丸（90g）	红烧鸡腿块（90g）	咖喱土豆鸡块（土豆 50g、鸡块 40g）
中椒干丝（中椒 20g、干丝 50g）	中椒土豆肉丝（中椒 20g、土豆 40g、肉丝 30g）	中椒肉丝香干（中椒 20g、香干 40g、肉丝 30g）	西芹炒木耳（西芹 60g、木耳 30g）	肉汁素几（100g）
炒包菜丝（100g）	剁椒大白菜（120g）	炒青菜（120g）	肉沫粉丝白菜（肉沫 30g、粉丝 30g、白菜 40g）	炒青菜（120g）
榨菜蛋汤（100g）	雪菜蛋汤（100g）	紫菜汤（100g）	榨菜蛋汤（100g）	紫菜汤（100g）