第二周食谱

2024年 9月 9日—— 9月 14日

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **星期** | **早点** | **午餐** | **午点** |
| **一** | 学生牛奶饼干组合 | 菜肉香菇咸饭卤汁猪肝番茄金针菇肥牛汤 | 红豆小元宵时令水果 |
| **二** | 学生牛奶饼干组合 | 玉米饭茭白红煨肉蒜茸空心菜芙蓉银鱼羹 | 菜肉煨面时令水果 |
| 三 | 学生牛奶饼干组合 | 米饭素鸡煨鸭腿西芹炒肉丝丝瓜鸡蛋汤 | 南瓜糯米甜粥时令水果 |
| 四 | 学生牛奶饼干组合 | 米饭五彩虾仁青菜炒香菇肉丝白菜木耳汤 | 卤香干小米糯米粥时令水果  |
| 五 | 学生牛奶饼干组合 | 黑米饭红烧狮子头上汤苋菜冬瓜虾滑汤 | 五谷杂粮粥时令水果 |
| 六 | 学生牛奶饼干组合 | 米饭清蒸蛋饺大蒜炒胡萝卜鸭血豆腐汤 | 果珍安井奶黄包时令水果 |