|  |
| --- |
| 第四周（2024.09.23-2024.09.27）午餐  |
|  日期 |  大荤 |  小荤  |  蔬菜 |  汤 |  水果或酸奶或点心 |
|  星期一 | 面筋塞肉 （肉末80克 ）  | 玉米鸡丁 （鸡丁40克 玉米粒80克）  | 青菜油豆腐 （青菜100油豆腐20） | 番茄蛋汤 （番茄鸡蛋） | 蒸饺 |
|  星期二 | 红烧鸡块 （鸡块120克）  | 木耳肉片 （木耳60克.肉片40克）  | 大白菜粉丝 （白菜100克粉丝20克） | 冬瓜海带汤（冬瓜海带） | 冰红茶 |
|  星期三 | 糖醋排骨 （排骨100克） | 杏鲍菇炒蛋 （杏鲍菇60鸡蛋40） | 韭菜绿豆芽 （豆芽100克韭菜20克） | 常州豆腐汤（豆腐百叶鸭血） | 紫薯包 |
|  星期四 | 剁椒鱼块 （龙利鱼100克） | 西芹鸭胗 （西芹60克鸭胗40克） | 虾 米 豆 腐 （虾米10豆腐120克） | 牛肉羮 （牛肉鸡蛋） | 冰红茶 |
|  星期五  | 酱香鸭腿 （鸭腿130克） | 番茄炒蛋 （番茄80克鸡蛋40克） | 糖醋包菜 （包菜100胡萝卜20克） | 鸭血粉丝汤 （鸭血粉丝） | 烧麦 |