|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第五周（2024.09.29-2024.09.30）午、晚餐 | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 蔬菜 | 汤 | 水果或酸奶或点心 |
| 星期日 | 百叶结烧肉 （腿肉80百叶结40 ） | 肉末蒸蛋 （肉末10克 鸡蛋80克） | 青菜油面筋 （青菜100油豆腐20） | 冬瓜海带汤（冬瓜海带） | 冰红茶 |
| 星期一 | 红烧鸡腿 （鸡腿120克） | 三鲜丸子 （花菜40克.肉末60克） | 毛白菜百叶 （毛白菜100百叶20克） | 常州豆腐汤（豆腐百叶鸭血） | 蒸饺 |
| **星期日（晚餐）** | 椒盐基围虾 （基围虾80克） | 咖喱鸡丁 （土豆80鸡丁40） | 蒜泥油麦菜 （油麦菜120蒜泥5克） | 青菜面条汤 （青菜面条） | 红糖馒头 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |