|  |
| --- |
| 第一周（2025.02.13-2025.02.14）午餐  |
|  日期 |  大荤 |  小荤  |  蔬菜 |  汤 |  水果或酸奶或点心 |
|  星期四 | 鹌鹑蛋烧肉 （鹌鹑蛋40腿肉80） | 西芹鸭胗 （西芹80克鸭胗40）  | 红烧粉丝 （粉丝80克） | 榨菜蛋汤 （榨菜鸡蛋） | 苹果 |
|  星期五 | 香辣鸭腿 （鸭腿130克） | 虾仁炒蛋 （虾仁20鸡蛋80克） |  蚝油生菜 （生菜140克）  | 紫菜蛋汤 （榨菜鸡蛋） | 香菇菜包 |