|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第二周（2025.02.17-2025.02.21）晚餐 | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 蔬菜 | 汤 | 水果.点心.牛奶 |
| 星期一 | 土 豆 牛 肉 (牛肉80土豆40) | 番 茄 炒 蛋(番茄100鸡蛋60) | 青 菜 百 叶 （青菜100百叶40） | 青菜面条汤（青菜面条） | 三鲜包 |
| 星期二 | 鸡 米 花 （鸡米花100克） | 土 豆 肉 片（肉片40土豆80） | 清 炒 菠 菜（菠菜140） | 紫菜 蛋 汤（紫菜鸡蛋） | 桔子 |
| 星期三 | 红 烧 大 排（大排100克） | 肉 末 茄 子（肉末20茄子100） | 清 炒 黄 瓜（黄瓜120） | 红豆小元宵（红豆小元宵） | 玉米 |
| 星期四 | 酱 香 鸡 腿（鸡腿130） | 鱼 香 肉 丝（肉丝40土豆40） | 大 白 菜 肉 丸（白菜100肉丸20） | 青菜面条汤（青菜面条） | 紫薯包 |
| 星期五 | 清 蒸 肉 肠（肉肠80) | 红 烧 鸡 丁 （鸡丁40土豆60） | 清 炒 莴 苣 丝（净莴苣100） | 番茄 蛋 汤（番茄鸡蛋） | 牛奶 |