|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第五周（2025.3.10-2025.03.14）午餐 | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 蔬菜 | 汤 | 水果或酸奶或点心 |
| 星期一 | 鹌鹑蛋烧肉 （腿肉70 鹌鹑蛋40） | 干锅花菜 （花菜80肉片30） | 炒青菜 （青菜100克） | 番茄蛋汤 （番茄鸡蛋） | 牛奶 |
| 星期二 | 红烧鸡腿 （鸡腿130克） | 三鲜丸子 （肉圆30鹌鹑蛋.30 西兰花20） | 大白菜油豆腐 （大白菜100油豆腐10） | 肉末萝卜汤（肉末萝卜） | 香梨 |
| 星期三 | 土豆牛肉 （土豆40牛肉80） | 芹菜香干肉丝 （芹菜20肉丝30香干40） | 雪菜豆腐 （雪菜10克豆腐90克） | 常州豆腐汤（豆腐百叶鸭血） | 卡通包 |
| 星期四 | 香辣鸡翅根 （鸡翅根100克） | 虾仁炒蛋 （鸡蛋60虾仁20克） | 蒜 泥 生 菜  （生菜110克） | 蛋花汤  （鸡蛋） | 香蕉 |
| 星期五 | 红烧仔排 （仔排100克） | 小瓜炒蛋 （小瓜60鸡蛋40） | 大白菜粉丝 （大白菜100粉丝20） | 冬瓜海带 | 牛奶 |