|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第八周（2025.04.01-2025.04.03）午餐 晚餐 | | | | | |
| 日期 | 大荤 | 小荤 | 蔬菜 | 汤 | 水果或酸奶或点心 |
| 星期一午餐（接第七周） |  |  |  |  |  |
| 星期二 | 糖醋排骨 （排骨100克 ） | 宫爆鸡丁 （鸡丁40土豆50黄瓜20花生米10克） | 三鲜娃娃菜 （娃娃菜100豆方腿10克） | 番茄蛋汤（番茄鸡蛋） | 牛奶 |
| 星期三 | 红烧鸡块  （鸡块120克） | 豇豆肉丝 (豇豆70克肉丝30克） | 肉汁萝卜 （肉末10粉丝60） | 冬瓜排骨汤（冬瓜排骨） | 香蕉 |
| 星期四 | 红烧大肉 （五花肉100克） | 西兰花虾仁 （西兰花70虾仁30克） | 青菜百叶 （青菜100克百叶10克） | 常州豆腐汤（豆腐百叶鸭血） | 牛奶 |
| 星期一晚餐（接第七周） |  |  |  |  |  |
| 星期二（晚餐） | 香辣鸡腿 （鸡腿130克） | 土豆肉丝 （土豆80肉丝40） | 葱油莴苣 （莴苣100克） | 红豆元宵汤 （红豆元宵） | 华夫饼 |
| 星期三（晚餐） | 卡茨鸡排 （鸡排100克） | 甜不辣 （甜不辣80克） | 麻辣豆腐 （豆腐100克） | 青菜面条汤（青菜面条） | 蛋黄派 |