常州市紫云小学带量菜单

2025年4月27日至4月30日

| 日期 | | 类别 | | 品名 | | 主配料 | | 克重（生重/g） | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.27 | | 主食 | | 小米饭 | | 1-3年级：大米50g,小米5g | | 55 | |
| 4-6年级：大米68g,小米8g | | 76 | |
| 大荤 | | 酱烧牛仔骨 | | 牛仔骨 | | 90 | |
| 小荤 | | 茭白肉片 | | 精肉，净茭白 | | 30,70 | |
| 素菜 | | 青菜 | | 青菜 | | 90 | |
| 汤 | | 紫菜蛋汤 | | 紫菜 | | 1 | |
| 鸡蛋 | | 10 | |
| 其他 | | | | 香梨 | | 190 | |
| 4.28 | | 主食 | | 白米饭 | | 1-3年级：大米50g | | 50 | |
| 奥利奥饼干 | | 20 | |
| 4-6年级：大米68g | | 68 | |
| 大荤 | | 红烧翅中 | | 鸡翅中 | | 110 | |
| 小荤 | | 鱼香肉丝 | | 精肉丝 | | 30 | |
| 土豆，胡萝卜，洋葱 | | 50,10,10 | |
| 素菜 | | 油面筋毛白菜 | | 油面筋，毛白菜 | | 1,85 | |
| 汤 | | 西红柿蛋汤 | | 西红柿 | | 25 | |
| 鸡蛋 | | 10 | |
| 4.29 | | 主食 | | 白米饭 | | 1-3年级：大米50g, | | 50 | |
| 4-6年级：大米68g | | 68 | |
| 大荤 | | 土豆牛腩 | | 鲜牛腩 | | 90,30 | |
| 小荤 | | 西红柿炒蛋 | | 鸡蛋 | | 30 | |
| 西红柿 | | 80 | |
| 素菜 | | 大白菜 | | 大白菜 | | 90 | |
|  | | 南瓜银耳汤 | | 南瓜，银耳 | | 20，1 | |
| 其他 | | | | 纯牛奶 | | 125mg | |
| 4.30 | | 主食 | | 白米饭 | | 1-3年级；大米50g | | 50 | |
| 4-6年级：大米68g | | 68 | |
| 大荤 | | 糖醋仔排 | | 仔排 | | 90 | |
| 小荤 | | 青椒牛柳 | | 鲜牛柳 | | 30 | |
| 青椒 | | 50 | |
| 素菜 | | 蒜泥油麦菜 | | 油麦菜 | | 90 | |
| 汤 | | 榨菜蛋汤 | | 鸡蛋，榨菜 | | 10，16 | |
| 其他 | | | | 苹果 | | 200 | |