

2024年10月28日--11月1日学生午餐菜单

星期一	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	板栗烧鸡	能量：806.2	茶树菇猪柳	能量：811.2	毛氏红烧肉	能量：614.2	日式海鲜炒饭	能量：619.6
	锅包肉	(kcal)	香酥鸭	(kcal)	咸肉冬瓜毛豆	(kcal)	美式汉堡	(kcal)
	咸肉冬瓜毛豆	蛋白质：45.3	咸肉冬瓜毛豆	蛋白质：46.1	翡翠银芽	蛋白质：34.6	咸肉冬瓜毛豆	蛋白质：35.2
	翡翠银芽	(g)	翡翠银芽	(g)	番茄蛋花汤	(g)	翡翠银芽	(g)
	番茄蛋花汤	脂肪：34.3	番茄蛋花汤	脂肪：35.3	血糯米饭	脂肪：21.1	番茄蛋花汤	脂肪：22.3
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)
星期二	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	糖醋小排	能量：812.3	咸蛋黄肉饼	能量：816.1	黄牛牛肉	能量：615.4	意大利螺旋粉	能量：614.5
	香肠炒蛋	(kcal)	黑椒鸡块	(kcal)	番茄西葫芦鸡片	(kcal)	豆豉排骨	(kcal)
	番茄西葫芦鸡片	蛋白质：47.4	番茄西葫芦鸡片	蛋白质：47.2	牛心菜木耳	蛋白质：36.5	番茄西葫芦鸡片	蛋白质：34.2
	牛心菜木耳	(g)	牛心菜木耳	(g)	萝卜鸡块汤	(g)	牛心菜木耳	(g)
	萝卜鸡块汤	脂肪：33.4	萝卜鸡块汤	脂肪：35.1	小葱炒饭	脂肪：21.6	萝卜鸡块汤	脂肪：21.2
	水果	(g)	水果	(g)	水果	(g)	水果	(g)
星期三	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	粟米虾仁	能量：813.3	香干烧肉	能量：812.8	目鱼烤肉	能量：610.8	炒河粉	能量：613.1
	辣子鸡块	(kcal)	咖喱鸡丁	(kcal)	芥菜山药肉片	(kcal)	雪花鸡柳	(kcal)
	芥菜山药肉片	蛋白质：45.7	芥菜山药肉片	蛋白质：45.6	香菇大白菜	蛋白质：35.9	芥菜山药肉片	蛋白质：34.8
	香菇大白菜	(g)	香菇大白菜	(g)	豆腐肉丝蛋花汤	(g)	香菇大白菜	(g)
	豆腐肉丝蛋花汤	脂肪：35.4	豆腐肉丝蛋花汤	脂肪：35.6	南瓜饭	脂肪：21.6	豆腐肉丝蛋花汤	脂肪：21.2
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)
星期四	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	酱爆鱿鱼卷	能量：815.2	咕咾肉	能量：809.8	杏鲍菇牛仔粒	能量：614.3	青菜肉丝炒面	能量：611.2
	香炸鱼排	(kcal)	盐水鸭	(kcal)	干锅千页豆腐	(kcal)	孜然烤鸡腿	(kcal)
	干锅千页豆腐	蛋白质：46.3	干锅千页豆腐	蛋白质：45.7	炒青菜	蛋白质：35.3	干锅千页豆腐	蛋白质：36.2
	炒青菜	(g)	炒青菜	(g)	鱼丸粉丝白菜汤	(g)	炒青菜	(g)
	鱼丸粉丝白菜汤	脂肪：34.4	鱼丸粉丝白菜汤	脂肪：34.2	红豆饭	脂肪：21.6	鱼丸粉丝白菜汤	脂肪：22.1
	水果	(g)	水果	(g)	水果	(g)	水果	(g)
星期五	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	黑椒牛肉饼	能量：816.3	小炒鸡块	能量：816.1	沙茶牛肉	能量：610.8	咖喱牛肉炒饭	能量：611.5
	宫爆肉丁	(kcal)	香脆藕夹	(kcal)	黄瓜炒蛋	(kcal)	走油肉	(kcal)
	黄瓜炒蛋	蛋白质：46.8	黄瓜炒蛋	蛋白质：45.6	牛心菜胡萝卜	蛋白质：36.2	黄瓜炒蛋	蛋白质：36.5
	牛心菜胡萝卜	(g)	牛心菜胡萝卜	(g)	罗宋汤	(g)	牛心菜胡萝卜	(g)
	罗宋汤	脂肪：35.3	罗宋汤	脂肪：35.5	山芋饭	脂肪：22.5	罗宋汤	脂肪：21.6
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)