

2024年11月4日--11月8日学生午餐菜单

星期一	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	肉糜蒸蛋	能量: 809.1	黑椒猪柳	能量: 815.2	鹌鹑蛋红烧肉	能量: 615.3	三丝炒米粉	能量: 613.5
	雪花鸡柳	(kcal)	烤鸭胸片	(kcal)	麻婆豆腐	(kcal)	辣子鸭块	(kcal)
	麻婆豆腐	蛋白质: 46.9	麻婆豆腐	蛋白质: 46.5	香菇大白菜	蛋白质: 38.2	麻婆豆腐	蛋白质: 36.5
	香菇大白菜	(g)	香菇大白菜	(g)	番茄土豆小排汤	(g)	香菇大白菜	(g)
	番茄土豆小排汤	脂肪: 34.2	番茄土豆小排汤	脂肪: 33.8	菠萝炒饭	脂肪: 21.5	番茄土豆小排汤	脂肪: 22.4
	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	
	葱烤大排	能量: 812.5	川芹鸡腿排	能量: 813.6	杭椒牛柳	能量: 620.2	咖喱牛肉炒饭	能量: 613.5
	多肉烤肠	(kcal)	宫爆肉丁	(kcal)	鱼香茄子	(kcal)	香酥鸡腿	(kcal)
	番茄土豆肉片	蛋白质: 46.8	番茄土豆肉片	蛋白质: 47.2	牛心菜木耳	蛋白质: 37.4	番茄土豆肉片	蛋白质: 37.5
	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: 33.5	萝卜鸡块汤	脂肪: 33.5	血糯米饭	脂肪: 20.3	萝卜鸡块汤	脂肪: 21.3
	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	
	椒盐大虾	能量: 811.5	小炒肉片	能量: 815.2	番茄牛腩	能量: 614.3	干炒牛河	能量: 615.5
	茄汁鸡柳	(kcal)	木须肉	(kcal)	西葫芦肉片	(kcal)	烤鸡全翅	(kcal)
	西葫芦肉片	蛋白质: 45.9	西葫芦肉片	蛋白质: 46.6	炒青菜	蛋白质: 38.5	西葫芦肉片	蛋白质: 39.1
	炒青菜	(g)	炒青菜	(g)	白菜鱼丸粉丝汤	(g)	炒青菜	(g)
	白菜鱼丸粉丝汤	脂肪: 33.6	白菜鱼丸粉丝汤	脂肪: 32.9	山芋饭	脂肪: 21.3	白菜鱼丸粉丝汤	脂肪: 22.3
	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	
	盐水鸭	能量: 819.1	辣子鸡块	能量: 820.6	萝卜烧肉	能量: 622.5	意大利螺旋粉	能量: 621.1
	糯米排骨	(kcal)	红烧狮子头	(kcal)	三鲜鱼面筋	(kcal)	炸猪排	(kcal)
	三鲜鱼面筋	蛋白质: 44.8	三鲜鱼面筋	蛋白质: 43.3	青椒绿豆芽	蛋白质: 37.2	三鲜鱼面筋	蛋白质: 37.4
	青椒绿豆芽	(g)	青椒绿豆芽	(g)	罗宋汤	(g)	青椒绿豆芽	(g)
	罗宋汤	脂肪: 33.2	罗宋汤	脂肪: 32.1	南瓜饭	脂肪: 21.5	罗宋汤	脂肪: 21.6
	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	
	鱼香肉丝	能量: 813.5	彩椒鸭片	能量: 815.5	川味小炒肉	能量: 621.2	三丝炒面	能量: 623.2
	奶香鳕鱼条	(kcal)	椒盐排条	(kcal)	番茄炒蛋	(kcal)	咖喱牛肉	(kcal)
	番茄炒蛋	蛋白质: 46.8	番茄炒蛋	蛋白质: 46.1	炒杭白菜	蛋白质: 38.8	番茄炒蛋	蛋白质: 38.4
	炒杭白菜	(g)	炒杭白菜	(g)	荠菜豆腐肉丝汤	(g)	炒杭白菜	(g)
	荠菜豆腐肉丝汤	脂肪: 34.5	荠菜豆腐肉丝汤	脂肪: 34.8	小米葡萄干饭	脂肪: 21.3	荠菜豆腐肉丝汤	脂肪: 21.5
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)