

2024年11月25日--11月29日学生午餐菜单

星期一	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
	川芹鸡腿排	能量：803.8	红烧肉圆	能量：806.4	水煮牛肉	能量：605.3	黑椒牛肉炒饭	能量：608.2
	萝卜烧肉	(kcal)	香肠炒蛋	(kcal)	白菜鱼丸木耳	(kcal)	豆豉鸡腿	(kcal)
	白菜鱼丸木耳	蛋白质：42.8	白菜鱼丸木耳	蛋白质：43.3	黄豆芽海带丝	蛋白质：35.8	白菜鱼丸木耳	蛋白质：35.6
	黄豆芽海带丝	(g)	黄豆芽海带丝	(g)	番茄土豆汤	(g)	黄豆芽海带丝	(g)
	番茄土豆汤	脂肪：29.5	番茄土豆汤	脂肪：30.2	紫薯饭	脂肪：20.3	番茄土豆汤	脂肪：20.3
	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	
	烤鸭胸片	能量：814.3	特色烤叉烧肉	能量：816.2	海鲜烧肉	能量：608.3	干炒牛河	能量：612.6
	香干烧小排	(kcal)	黑椒鸭腿	(kcal)	黄瓜炒蛋	(kcal)	香辣大鸡块	(kcal)
	黄瓜炒蛋	蛋白质：45.7	黄瓜炒蛋	蛋白质：45.4	牛心菜木耳	蛋白质：35.8	黄瓜炒蛋	蛋白质：36.2
	牛心菜木耳	(g)	牛心菜木耳	(g)	豆腐肉丝蛋花汤	(g)	牛心菜木耳	(g)
	豆腐肉丝蛋花汤	脂肪：34.2	豆腐肉丝蛋花汤	脂肪：35.6	什锦炒饭	脂肪：20.4	豆腐肉丝蛋花汤	脂肪：20.6
	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	
	红烧大排	能量：805.1	小炒牛柳	能量：808.2	咖喱牛肉土豆	能量：605.8	意大利肉酱面	能量：612.7
	奥尔良鸡丁	(kcal)	香干烧鸭块	(kcal)	干锅千页豆腐	(kcal)	烤鸡全翅	(kcal)
	干锅千页豆腐	蛋白质：46.7	干锅千页豆腐	蛋白质：46.6	炒青菜	蛋白质：38.9	干锅千页豆腐	蛋白质：38.8
	炒青菜	(g)	炒青菜	(g)	萝卜鸡块汤	(g)	炒青菜	(g)
	萝卜鸡块汤	脂肪：35.4	萝卜鸡块汤	脂肪：35.8	南瓜饭	脂肪：20.2	萝卜鸡块汤	脂肪：20.9
	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：806.8	糖醋小排	能量：789.2	鹌鹑蛋烧肉	能量：608.3	三丝炒面	能量：606.2
	虾仁炒蛋	(kcal)	滑炒鱼片	(kcal)	有机花菜肉片	(kcal)	盐焗鸡	(kcal)
	有机花菜肉片	蛋白质：46.3	有机花菜肉片	蛋白质：45.6	翡翠银芽	蛋白质：35.2	有机花菜肉片	蛋白质：35.6
	翡翠银芽	(g)	翡翠银芽	(g)	罗宋汤	(g)	翡翠银芽	(g)
	罗宋汤	脂肪：34.9	罗宋汤	脂肪：36.2	南瓜饭	脂肪：22.8	罗宋汤	脂肪：22.2
	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	
	毛豆炒仔鸡	能量：803.8	桂花肉	能量：816.2	川香回锅肉	能量：610.5	农家菜饭	能量：612.8
	多肉烤肠	(kcal)	肉糜蒸蛋	(kcal)	麻婆豆腐	(kcal)	糯米排骨	(kcal)
	麻婆豆腐	蛋白质：46.6	麻婆豆腐	蛋白质：47.2	炒生菜	蛋白质：35.6	麻婆豆腐	蛋白质：35.1
	炒生菜	(g)	炒生菜	(g)	白菜粉丝贡丸汤	(g)	炒生菜	(g)
	白菜粉丝贡丸汤	脂肪：35.2	白菜粉丝贡丸汤	脂肪：35.6	红豆饭	脂肪：20.5	白菜粉丝贡丸汤	脂肪：20.6
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)