

2024年9月9日--9月14日学生午餐菜单

	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
星期一	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	豉汁鸡腿	能量：608.2
	萝卜烧肉	(kcal)	香肠炒蛋	(kcal)	白菜鱼丸木耳	(kcal)	黑椒牛肉炒饭	(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)
	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
星期二	烤鸭胸片	能量：814.3	特色烤叉烧肉	能量：816.2	油豆腐烧肉	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)
	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
星期三	奥尔良鸡丁	能量：805.1	小炒牛柳	能量：808.2	咖喱牛肉土豆	能量：605.8	烤鸡全翅	能量：612.7
	红烧大排	(kcal)	香干烧鸭块	(kcal)	干锅千页豆腐	(kcal)	意大利肉酱面	(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	35.8	血糯米饭	脂肪：20.2	萝卜鸡块汤	20.9
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)
	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
星期四	盐水鸭	能量：806.8	糖醋小排	能量：799.2	鹌鹑蛋烧肉	能量：608.3	三丝炒面	能量：606.2
	虾仁炒蛋	(kcal)	酸菜鱼片	(kcal)	有机花菜鸡片	(kcal)	港式盐焗鸡	(kcal)
	有机花菜鸡片	蛋白质：46.3	有机花菜鸡片	蛋白质：45.6	翡翠银芽	蛋白质：35.2	有机花菜鸡片	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	36.2	血糯米饭	22.8	罗宋汤	脂肪：22.2
	水果	(g)	水果	(g)	水果	(g)	水果	(g)
	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
星期五	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	咸肉菜饭	能量：612.8
	多肉烤肠	(kcal)	肉糜蒸蛋	(kcal)	麻婆豆腐	(kcal)	香酥鸭腿	(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)
	A套餐		B套餐		盖浇饭		特色	
星期六	南乳肉	能量：810.5	黑椒鸡块	能量：809.3	番茄牛腩	能量：612.4	炒米粉	能量：612.6
	咖喱鸡丁	(kcal)	茶树菇猪柳	(kcal)	肉米粉条	(kcal)	粉蒸肋排	(kcal)
	肉米粉条	蛋白质：45.8	肉米粉条	蛋白质：46.2	炒杭白菜	蛋白质：35.9	肉米粉条	蛋白质：35.1
	炒杭白菜	(g)	炒杭白菜	(g)	土豆小排汤	(g)	炒杭白菜	(g)
	土豆小排汤	脂肪：36.7	土豆小排汤	脂肪：35.8	麦片饭	脂肪：20.4	土豆小排汤	脂肪：20.5
	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	(g)	酸奶	c