



星期一

学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

葱烤大排大排:80g
 香酥鸭翅根鸭翅根:156g
 滑炒鱼片木耳:2g毛豆:6g巴沙鱼:50g
 葫芦炒肉西葫芦:53g胡萝卜:6g猪肉片:9g
 番茄炒蛋番茄:56g鸡蛋:30g
 炒油麦菜胡萝卜:3g油麦菜:71g
 扬州炒饭大米:54g鸡蛋:9g猪肉丁:6g玉米:3g青豆:3g
 白米饭大米:78g
 绿豆百合汤绿豆:7g百合:1g
 海带猪骨汤海带:1g胡萝卜:3g猪骨:9g



星期二

学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

咖喱牛肉土豆:31g洋葱:9g牛肉:87g胡萝卜:15g
 红烧鸡块琵琶腿:125g
 水煮肉片土豆粉:9g黄豆芽:12g猪肉片:46g鸭血:10g
 四喜烤麸金针菜:6g烤麸:46g木耳:3g胡萝卜:6g花生:3g猪肉片:6g
 白菜猪肉炖粉条粉条:3g大白菜:53g猪肉片:9g
 干丝菠菜厚百页:3g菠菜:68g
 三丝炒面香菇:3g胡萝卜:3g鸡肉丝:6g粗面:62g青菜:15g
 白米饭大米:78g
 南瓜薏米汤南瓜:9g薏米:2g
 牛肉粉丝汤牛肉:6g粉丝:1g油豆腐:3g



星期三

学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

油豆腐烧肉油豆腐:21g五花肉:87g
 香烤鸡翅根鸡翅根:140g
 三鲜鱼蛋丸:46g鹌鹑蛋:16g菠菜:3g木耳:1g
 上汤西兰花咸蛋:1g火腿:3g青豆:2g玉米:2g胡萝卜:2g西兰花:53g
 麻婆豆腐猪肉糜:6g豆腐:93g
 广东菜心广东菜心:71g
 茄汁通心粉番茄:12g肉糜:6g洋葱:6g通心粉:39g
 白米饭大米:78g
 红枣银耳汤红枣:3g银耳:7g
 鸭血粉丝汤鸭血:10g粉丝:1g油豆腐:3g



星期四

学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

酸汤肥牛牛肉:50g黄豆芽:15g金针菇:15g土豆粉:12g
 板栗烧鸭板栗:39g鸭边腿:54g
 三色肉丁猪肉丁:46g土豆:7g笋丁:25g青豆:5g玉米:5g胡萝卜:5g
 小葱炖蛋鸡蛋:69g香葱:6g
 双笋炒鸡片莴笋:46g竹笋:31g鸡肉片:9g
 清炒鸡毛菜鸡毛菜:71g
 小米饭小米:7g大米:71g
 白米饭大米:78g
 椰汁西米露椰浆:6g小西米:7g
 萝卜小排汤白萝卜:6g胡萝卜:3g小排:6g