

星期二



学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

豉香蒸鸡腿肉鸡腿肉:118g
黄豆焖排骨黄豆:7g小排:93g
脆炸巴沙鱼柳巴沙鱼柳:93g
雪菜肉糜烧粉皮雪菜:46g猪肉糜:12g粉皮:9g
番茄炒蛋番茄:53g鸡蛋:18g
清炒杭白菜杭白菜:71g
香芹培根蛋炒饭毛芹:6g培根:3g鸡蛋:4g大米:65g
白米饭大米:78g
椰汁西米露椰浆:6g小西米:7g
平菇蛋花汤平菇:6g鸡蛋:3g

星期三



学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

红烧牛肉白萝卜:46g牛肉:87g
香炸猪排猪排:100g
三鲜蛋饺蛋饺:56g木耳:1g方腿:6g菠菜:3g海鲜菇:3g
培根炒西兰花培根:6g西兰花:53g
咸肉竹笋炖百叶薄百叶:25g竹笋:31g咸腿肉:12g
清炒鸡毛菜鸡毛菜:71g
小米饭小米:7g大米:71g
白米饭大米:78g
赤豆薏米汤赤豆:7g薏米:2g
鸭血粉丝汤鸭血:6g油豆腐:3g粉丝:1g

星期四



学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

南乳小肉五花肉:93g
酸菜鱼酸菜:9g土豆粉:7g黄豆芽:9g巴沙鱼片:62g
香酥鸡根鸡翅根:140g
莴笋炒蛋莴笋:52g鸡蛋:18g
腐竹香干炒肉片香干:6g猪肉片:6g青椒:3g腐竹:12g
清炒菠菜菠菜:71g
牛肉炒饭牛肉糜:6g洋葱:6g青豆:6g大米:60g
白米饭大米:78g
酒酿圆子酒酿:4g小圆子:7g
玉米小排汤玉米:6g排骨:6g

星期五



学生群体：6年级

午餐(自助餐)自助餐

红烧狮子头狮子头:81g
甜椒蜂蜜松板肉松板肉:78g洋葱:25g青圆椒:3g红圆椒:3g
百叶结烧鸭块百叶结:18g鸭边腿:87g
香芹炒鸡丝芹菜:50g胡萝卜:6g鸡肉:6g
麻婆豆腐豆腐:93g猪肉糜:6g
豉油双色卷心菜胡萝卜:6g卷心菜:62g
山芋饭红薯:9g大米:69g
白米饭大米:78g
红枣银耳汤红枣:1g银耳:5g
罗宋汤番茄:6g土豆:6g卷心菜:3g红肠:3g洋葱:3g