

上海苗香副食品配菜有限公司

阳光外国语学校 学生用餐菜单 2024年3月18日至3月22日第5周

时间	大荤	大荤	小荤	素菜	汤类	点心
星期 一	红烧鸭琵琶腿 110g	红烧肉圆 55g	油面筋塞肉 40g	香菇青菜 10g130g	紫菜蛋汤 2g10g	刀切
星期 二	土豆烧牛肉 50g50g	包心鱼丸 (2只) 40g	碎肉粉丝 10g20g	炒甘蓝菜 120g	榨菜蛋汤 5g10g	小面包
星期 三	红烧大排 110g	油豆腐塞肉 40g	番茄炒蛋 80g50g	虾皮炒西葫芦 2g130g	碎肉豆腐汤 5g30g	水果
星期 四	香炸盐酥鸡 120g	蛋肉卷 60g	黄瓜炒蛋 80g50g	炒白菜 130g	碎肉麻腐汤 5g40g	奶黄包
星期 五	红烧鸡腿 110g	玉米热狗肠 40g	咸菜烧老豆腐 10g100g	有机花菜炒肉片 120g10g	番茄蛋汤 30g15g	水果

配菜营养师: 董文金 联系电话: 67195686