

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25日至3月29日第6周

时间	大荤	大荤	小荤	素菜	汤类	点心
星期 一	青椒炒叉烧肉 50g50g	牛肉丸 40g 2只	黄瓜炒蛋 80g 50g	炒青菜 150g	榨菜肉丝汤 10g5g	奶黄 包
星期 二	香炸盐酥鸡 120g	玉米热狗肠 40g	红烧水面筋塞肉 40g	炒白菜 130g	番茄蛋汤 30g15g	小面 包
星期 三	红烧小排 120g	油豆腐塞肉 40g	碎肉粉丝 10g20g	干锅卷心菜 120g	紫菜蛋汤 2g10g	刀切
星期 四	扬州炒饭 (红肠 10g 肉丝 10g 鸡蛋 50g 玉米 20g 青豆 20g 胡萝卜 10g)		鱼香肉丝 (笋丝 肉丝 胡萝卜 青椒) 25g 60g 15g 20g	虾皮西葫芦 2g120g	碎肉豆腐汤 5g40g	苹果
星期 五	红烧大排 110g	包心鱼丸 40g 2只	番茄炒蛋 80g 50g	有机花菜炒肉片 120g10g	小排冬瓜汤 15g 50g	香蕉

配菜营养师: 董文金

联系电话: 67195686