

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 5 月 13 日至 5 月 17 日第 13 周

时间	大荤	大荤	小荤	素菜	汤类	点心
星期 一	大红肠 50g	红烧鸡翅根 110g 2 只	黄瓜炒肉片 110g 10g	青椒炒茄子 50g75g	榨菜肉丝汤 10g5g	奶黄 包
星期 二	香炸小酥肉 120g	清蒸福袋 40g	番茄炒蛋 80g 50g	白菜香菇炒肉丝 130g10g10g	雪菜肉丝汤 10g5g	来伊份 沙琪玛
星期 三	红烧大排 110g	大油豆腐塞肉 40g	碎肉粉丝 10g20g	有机花菜炒肉片 120g10g	紫菜蛋汤 2g10g	刀切
星期 四	碎肉炖蛋 40g60g	红烧鸭琵琶腿 110g	红烧水面筋塞肉 40g	甘蓝菜炒木耳 120g2g	虾皮冬瓜汤 2g 50g	绿豆 饼
星期 五	黄牛肉盖浇饭 (青椒 20g 红椒 20g 洋葱 30g 牛肉丝 50g)		红烧小排 120g	蒜泥生菜 130g	碎肉豆腐汤 5g30g	来伊份 面包

配菜营养师: 董文金 联系电话: 67195686