

**2023.11.06—2023.11.10**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **星期一** | **星期二** | **星期三** | **星期四** | **星期五** |
| **早餐** | **A: 豆浆，粥，鸡蛋，葱油饼 肉包** | **A: 豆浆，粥，鸡蛋，馄饨 羌饼** | **A: 豆浆，粥，鸡蛋，春卷 赤豆卷** | **A: 豆浆，粥，鸡蛋，烧卖 蛋糕** | **A: 豆浆，粥，鸡蛋，**  **麻球 梅干菜包** |
| **B: 炒青菜、**  **蚝油牛肉面 素鸡** | **B: 鸡蛋 炸酱面 素肠鸡片** | **B: 炒菠菜**  **炒酱面 咸菜肉丝** | **B: 炒白菜 荷包蛋**  **京酱肉丝面** | **B: 炒白菜**  **双菇肉片面 酸豇豆** |
| **午餐** | **椒盐大排 川芹腿排榨菜粉皮 肉糜蒸蛋香**  **刀切 炒青菜**  **意大利肉酱面**  **番茄土豆卷心菜汤** | **杏鲍菇牛肉粒**  **炸鳕鱼柳 肉糜豆腐**  **土豆泥 猪猪包**  **杭白菜酱油炒饭**  **鱼丸裙带汤** | **彩椒炒虾仁 鱼香肉丝鸡肉汉堡 玉米棒**  **花菜肉片 葱油黄瓜三丝炒河粉 罗宋汤** | **黑胡椒鸡块**  **油豆腐烧肉水煮鱼片青椒豆芽 回锅肉**  **白菜木耳 韩式炒年糕油豆腐粉丝榨菜汤** | **骨肉相连 红烧大排**  **咸菜目鱼 番茄炒蛋**  **蒸山芋 牛心菜**  **扬州炒饭 小排土豆汤** |
| **水果** | **香蕉** | **香蕉** | **酸奶** | **香梨** | **香蕉** |
| **晚餐** | **红烧肉圆 烤鸭胸甜椒杏鲍菇鸡片肉糜豆腐素鸡炒白菜炒生菜**  **蒸米糕 三丝羹** | **鱼香肉丝 鸡米花**  **烤鸭胸 西芹胗干**  **西葫芦炒番茄 蒸玉米**  **扬州炒饭**  **榨菜肉丝蛋汤** | **小酥肉 红烧鸭根 千叶豆腐 葱油海带丝 番茄炒蛋 炒青菜 黑椒意面 苹罗宋汤** | **锅包肉 土豆猪柳**  **有机花菜炒肉片**  **葱油黄瓜 萝卜烧肉**  **油豆腐炒白菜**  **三丝炒米粉 罗宋汤** |  |
| **水果** | **香梨** | **香蕉** | **苹果** | **香蕉** |  |