

## 带量食谱周菜单

项目点：江桥小学东校，档口：学生，周期：2026/04/06~2026/04/12

标签	餐别	品类	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五		
			2026/4/6			2026/4/7			2026/4/8			2026/4/9			2026/4/10		
			菜品名称	原料 (g)	照片	菜品名称	原料 (g)	照片	菜品名称	原料 (g)	照片	菜品名称	原料 (g)	照片	菜品名称	原料 (g)	照片
午餐套餐A	大荤				红烧小肉	鲜精肉30;带皮腿肉块40;土豆50		油爆虾	活基围虾50		五香土豆牛肉	鲜牛腩60;荷兰土豆65		鱼香肉丝	肉丝50;笋丝40		
午餐套餐A	大荤				香烤道地肠	道地肠62.5		红烧狮子头	去皮夹心70;葱2		酱香鸭根	鸭翅根105		香炸鸡腿	琵琶腿130		
午餐套餐A	小荤				西红柿炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		荤三丁	肉丝10;土豆70;胡萝卜10;香干15		葱花蒸蛋	鸡蛋55;葱2		双色花菜肉丝	肉丝10;花菜80;西兰花10		
午餐套餐A	素菜				青椒土豆丝	土豆85;绿彩椒8		炒青菜	青菜80		白菜木耳胡萝卜	大白菜90;胡萝卜5;黑木耳1		胡萝卜黄豆芽	小黄豆芽85;胡萝卜5		
午餐套餐A	主食				米饭	大米100		粗粮饭	大米98;黑米2		白米饭	大米100		双色米饭	大米98;小米2		
午餐套餐A	汤				番茄卷心菜蛋汤	鸡蛋8;卷心菜30;西红柿10		肉丝黄豆汤	肉丝5;大白菜30;小黄豆5;香菜1		赤豆圆子汤	糯米小圆子15;红豆10		西红柿土豆蛋汤	鸡蛋8;西红柿20;土豆20		
午餐套餐A	加餐				酸奶	光明酸奶100								香蕉	香蕉130		
午餐套餐B	大荤				小排年糕	小排块75;拉丝年糕27		可乐鸡翅根	鸡翅根130		东坡肉	鲜带皮五花肉块100		葱烤大排	鲜大排片80g80		
午餐套餐B	小荤				西红柿炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		荤三丁	肉丝10;土豆70;胡萝卜10;香干15		葱花蒸蛋	鸡蛋55;葱2		双色花菜肉丝	肉丝10;花菜80;西兰花10		
午餐套餐B	素菜				青椒土豆丝	土豆85;绿彩椒8		炒青菜	青菜80		白菜木耳胡萝卜	大白菜90;胡萝卜5;黑木耳1		胡萝卜黄豆芽	小黄豆芽85;胡萝卜5		
午餐套餐B	特色餐				蛋炒饭	鸡蛋35;大米100;杂菜25;葱2		青菜肉丝炒面	肉丝10;炒面(油面)125;青菜50		什锦香肠焖饭	台湾风味烤肠20;大米100;土豆20;胡萝卜10;冻青豆粒5;葱2		炒河粉	鸡蛋30;河粉125;青菜50;红洋葱10		
午餐套餐B	汤				番茄卷心菜蛋汤	鸡蛋8;卷心菜30;西红柿10		肉丝黄豆汤	肉丝5;大白菜30;小黄豆5;香菜1		赤豆圆子汤	糯米小圆子15;红豆10		西红柿土豆蛋汤	鸡蛋8;西红柿20;土豆20		
午餐套餐B	加餐				酸奶	光明酸奶100		玉米棒	冻玉米棒60		烧麦	糯米烧麦50		香蕉	香蕉130		