

带量食谱周菜单

项目点：封浜小学，档口：学生，周期：2025/05/12~2025/05/18

标签	餐别	品类	星期一			星期二			星期四			星期五			
			2025/05/12			2025/05/13			2025/05/15			2025/05/16			
			菜品名称	原料（g）		菜品名称	原料（g）		菜品名称	原料（g）		菜品名称	原料（g）		
	午餐套餐A	大荤	小排萝卜	小排块75;白萝卜60		茄汁锅包肉	锅包肉80		红烧肉	精肉80g80		千丝万缕虾	千丝万缕虾50		
	午餐套餐A	小荤	番茄炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		莴笋炒肉	肉丝8;光莴笋75;胡萝卜8		酱油虎皮蛋	鸡蛋65		花菜炒肉	肉丝8;花菜90;胡萝卜5		
	午餐套餐A	素菜	三丝牛心菜	牛心菜80;胡萝卜8;木耳1		青椒土豆丝	土豆85;绿彩椒8		香芹黄豆芽	黄豆芽80;芹菜8		清炒黄瓜	黄瓜100		
	午餐套餐A	特色餐	肉粒莴笋炒饭	精肉小粒12;大米100;光莴笋30;胡萝卜5;葱2		卷心菜肉丝炒面	肉丝8;炒面（油面）125;卷心菜50		肉丝炒河粉	肉丝10;河粉125;卷心菜40;红洋葱8		什锦蛋炒饭	鸡蛋30;大米100;胡萝卜7;西芹8;葱2		
	午餐套餐A	汤	冬瓜蛋汤	鸡蛋8;冬瓜40;西红柿10		紫菜蛋汤	紫菜1.5;鸡蛋8		肉米香菇豆腐羹	精肉米4;板豆腐25;鲜香菇4;香菜1		罗宋汤	西红柿10;土豆20;卷心菜20;红肠4		
	午餐套餐A	加餐	龟兔赛跑卡通包	龟兔赛跑卡通包30		烧麦	糯米烧麦50		猪猪奶黄包	猪猪奶黄包30		葡萄汁	美番乐葡萄汁125		
	午餐套餐B	大荤	糖醋小肉	鲜精肉70;土豆50		本帮酱鸭根	鸭翅根110		杏鲍菇牛肉粒	上浆牛肉粒50;杏鲍菇50		多味鸡腿	琵琶腿125		
	午餐套餐B	大荤	台式虾味球	台式虾味球60		鱼香肉丝	肉丝50;笋丝40		雪花鱼排	鳕鱼排50		糖醋排条	椒盐排条80		
	午餐套餐B	小荤	番茄炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		莴笋炒肉	肉丝8;光莴笋75;胡萝卜8		酱油虎皮蛋	鸡蛋65		花菜炒肉	肉丝8;花菜90;胡萝卜5		
	午餐套餐B	素菜	三丝牛心菜	牛心菜80;胡萝卜8;木耳1		青椒土豆丝	土豆85;绿彩椒8		香芹黄豆芽	黄豆芽80;芹菜8		清炒黄瓜	黄瓜100		
	午餐套餐B	主食	杂粮饭	大米97;粗玉米碎3		米饭	大米100		白米饭	大米100		双色米饭	大米97;小米3		
	午餐套餐B	汤	冬瓜蛋汤	鸡蛋8;冬瓜40;西红柿10		紫菜蛋汤	紫菜1.5;鸡蛋8		肉米香菇豆腐羹	精肉米4;板豆腐25;鲜香菇4;香菜1		罗宋汤	西红柿10;土豆20;卷心菜20;红肠4		
	午餐套餐B	加餐				烧麦	糯米烧麦50					葡萄汁	美番乐葡萄汁125		