

带量食谱周菜单

项目点：封浜小学，档口：学生，周期：2025/05/19~2025/05/25

标签	餐别	品类	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五		
			2025/5/26			2025/5/27			2025/5/28			2025/5/29			2025/5/30		
			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）		菜品名称	原料（g）	
	午餐套餐A	大荤	油豆腐烧肉	鲜精肉70;油豆腐20		瑞士烤鸡腿	琵琶腿125		香烤道地肠+薯条	道地肠62.5;薯条25		土豆小排	小排块75;土豆55		鹌鹑蛋酱鸭块	鸭块120;去壳鹌鹑蛋54	
	午餐套餐A	小荤	莴笋香菇肉丝	肉丝8;光莴笋75;鲜香菇5		大白菜炒蛋	鸡蛋35;大白菜80;胡萝卜5		花菜肉丝	肉丝8;花菜90;胡萝卜5		番茄炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		牛肉米烧豆腐	牛肉米6;板豆腐85	
	午餐套餐A	素菜	葱油西兰花	西兰花90		青椒土豆片	土豆90;绿彩椒10		玉米炒胡萝卜粒	冻玉米粒50;胡萝卜40;冻青豆粒10		葱油黄瓜	黄瓜90		炒青菜	青菜80	
	午餐套餐A	特色餐	港式焖饭	台湾风味烤肠25;土豆20;胡萝卜15;杂菜15;大米100		茄汁通心粉	鸡丝10;笔尖面65;绿彩椒20;红洋葱20;西红柿15		牛肉丝炒饭	牛肉丝8;鸡蛋20;大米100;卷心菜20;葱2		青菜肉丝炒面	肉丝8;炒面(油面)125;青菜50		菠萝鸡丁炒饭	鸡丁25;大米100;菠萝罐头25;胡萝卜10;冻青豆粒5	
	午餐套餐A	汤	番茄冬瓜肉丝汤	肉丝4;冬瓜40;西红柿10		赤豆园子汤	糯米小圆子15;红豆15		荠菜肉丝豆腐羹	碎荠菜馅2;鸡蛋8;肉丝4;板豆腐25		白菜鱼丸汤	鱼丸15;大白菜40		菌菇蛋汤	鸡蛋8;金针菇20;大白菜15;香菜1	
	午餐套餐A	加餐	玉米棒	冻玉米棒60		脆皮香蕉	脆皮香蕉30		牛牛奶黄包	奶黄包30		叉烧包	叉烧包30		粽子	粽子45	
	午餐套餐B	大荤	沙司咕咾肉	咕咾肉80		咖喱肉圆	家乡肉圆80g82		杏鲍菇牛肉粒	上浆牛肉粒50;杏鲍菇50		鱼香肉丝	肉丝50;笋丝40		土豆烧肉	鲜精肉70;土豆50	
	午餐套餐B	大荤	可乐翅根	鸡翅根120		滑溜鱼片	巴沙鱼片60;光莴笋30;木耳1		鸭根拼蛋	鸭翅根110;去壳鹌鹑蛋54		芙蓉蟹角棒	蟹角棒70		清蒸蛋饺	蛋饺30	
	午餐套餐B	小荤	莴笋香菇肉丝	肉丝8;光莴笋75;鲜香菇5		大白菜炒蛋	鸡蛋35;大白菜80;胡萝卜5		花菜肉丝	肉丝8;花菜90;胡萝卜5		番茄炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		牛肉米烧豆腐	牛肉米6;板豆腐85	
	午餐套餐B	素菜	葱油西兰花	西兰花90		青椒土豆片	土豆90;绿彩椒10		玉米炒胡萝卜粒	冻玉米粒50;胡萝卜40;冻青豆粒10		葱油黄瓜	黄瓜90		炒青菜	青菜80	
	午餐套餐B	主食	杂粮饭	大米97;粗玉米碎3		米饭	大米100		粗粮饭	大米97;黑米3		白米饭	大米100		双色米饭	大米97;小米3	
	午餐套餐B	汤	番茄冬瓜肉丝汤	肉丝4;冬瓜40;西红柿10		赤豆园子汤	糯米小圆子15;红豆15		荠菜肉丝豆腐羹	碎荠菜馅2;鸡蛋8;肉丝4;板豆腐25		白菜鱼丸汤	鱼丸15;大白菜40		菌菇蛋汤	鸡蛋8;金针菇20;大白菜15;香菜1	
	午餐套餐B	加餐				脆皮香蕉	脆皮香蕉30								粽子	粽子45	