

带量食谱周菜单

项目点：封浜小学，档口：学生，周期：2025/06/2~2025/06/6

标签	餐别	品类	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五		
			2025/6/2			2025/6/3			2025/6/4			2025/6/5			2025/6/6		
			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				芙蓉蟹角棒+薯条	芙蓉蟹角棒70;薯条20		红烧大排	鲜大排片80g80		香干烧肉	鲜精肉70;香干35		红烧鸡腿	琵琶腿125		
午餐套餐A	小荤				葱花蒸蛋	鸡蛋55;葱2		美极花菜肉丝	肉丝8;花菜90;胡萝卜5		番茄炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		干锅牛心菜炒肉	肉丝8;牛心菜80;胡萝卜5		
午餐套餐A	素菜				手撕包菜	卷心菜80		木耳西葫芦	西葫芦90;黑木耳1;胡萝卜5		素三丁	土豆75;胡萝卜10;香干10		白灼菜心	广东菜心80		
午餐套餐A	特色餐				牛肉丝炒河粉	牛肉丝10;河粉125;青菜50;红洋葱10		什锦焖饭	大米100;台湾风味烤肠25;土豆20;胡萝卜15;杂菜15		培根炒饭	培根25;杂菜25;大米100;葱2		水饺	水饺175		
午餐套餐A	汤				西红柿土豆蛋汤	鸡蛋8;西红柿20;土豆20		荠菜香菇豆腐羹	鸡蛋8;板豆腐25;鲜香菇4;碎荠菜馅2		绿豆汤	绿豆20;白糖5		番茄冬瓜蛋汤	鸡蛋8;冬瓜40;西红柿10		
午餐套餐A	加餐				南瓜饼	南瓜饼27		红薯	红薯80		葱油小花卷	小花卷25		美番乐苹果汁	美番乐苹果汁125		
午餐套餐B	大荤				杏鲍菇烧肉	鲜精肉70;杏鲍菇50		面拖虾仁	虾仁40		油面筋塞肉	油面筋塞肉60		糯米蒸肉圆	精肉小粒45;肥肉小粒20;糯米10		
午餐套餐B	大荤				炭烤道地肠	道地肠62.5		宫保鸡丁	鸡丁55;香干15;去皮花生10;绿彩椒10		香酥鸡排	咔滋嫩鸡排80		蜜汁鸭块	鸭块120		
午餐套餐B	小荤				葱花蒸蛋	鸡蛋55;葱2		美极花菜肉丝	肉丝8;花菜90;胡萝卜5		番茄炒蛋	鸡蛋35;西红柿80		干锅牛心菜炒肉	肉丝8;牛心菜80;胡萝卜5		
午餐套餐B	素菜				手撕包菜	卷心菜80		木耳西葫芦	西葫芦90;黑木耳1;胡萝卜5		素三丁	土豆75;胡萝卜10;香干10		白灼菜心	广东菜心80		
午餐套餐B	主食				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				西红柿土豆蛋汤	鸡蛋8;西红柿20;土豆20		荠菜香菇豆腐羹	鸡蛋8;板豆腐25;鲜香菇4;碎荠菜馅2		绿豆汤	绿豆20;白糖5		番茄冬瓜蛋汤	鸡蛋8;冬瓜40;西红柿10		
午餐套餐B	加餐				南瓜饼	南瓜饼27								美番乐苹果汁	美番乐苹果汁125		