

带量食谱周菜单

项目点：封浜小学，档口：学生，周期：2025/06/16~2025/06/20

标签	餐别	品类	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五		
			2025/6/16			2025/6/17			2025/6/18			2025/6/19			2025/6/20		
			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	五香大排	鲜大排片80g80		黑椒牛肉粒	上浆牛肉粒50; 杏鲍菇50		老上海茶干红烧肉	鲜精肉70; 香干35		茄汁咕咾肉	咕咾肉80		芝香翅根	鸡翅根120; 面包糠（黄粗）10; 黑芝麻1	
	午餐套餐A	小荤	莴笋香干肉丝	肉丝8; 香干10; 光莴笋80		西红柿炒蛋	鸡蛋35; 西红柿80		双花肉片	肉片10; 花菜90; 西兰花15		肉丝毛豆冬瓜	肉丝8; 冬瓜115; 冻毛豆粒5		蚝油杏鲍菇肉丝	肉丝8; 杏鲍菇75; 胡萝卜10	
	午餐套餐A	素菜	广东菜心	广东菜心80		葱花土豆片	土豆90; 葱2		红烧豆腐	板豆腐85		榨菜麻糊	麻腐85; 榨菜丝5		牛心菜胡萝卜	牛心菜80; 胡萝卜5	
	午餐套餐A	特色餐	咸肉菜饭	咸腿肉8; 大米100; 青菜45; 肥膘片2; 胡萝卜5; 葱2		扬州炒饭	鸡蛋25; 大米100; 台湾风味烤肠5; 西芹10; 冻玉米粒5; 葱2		意大利面	鸡丝10; 意大利粉65; 绿彩椒25; 红洋葱30		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;		港式炒河粉	肉丝10; 河粉125; 青菜40; 红洋葱8; 绿豆芽15	
	午餐套餐A	汤	西红柿冬瓜蛋汤	鸡蛋8; 冬瓜40; 西红柿10		香菜肉米豆腐羹	去皮夹心4; 鸡蛋5; 板豆腐25; 香菜1		番茄土豆蛋汤	鸡蛋8; 西红柿20; 土豆20		绿豆汤	绿豆15; 白糖5		牛肉粉丝汤	牛瘦肉4; 龙口粉丝4; 油豆腐3; 香菜1	
	午餐套餐A	加餐	芝麻球	芝麻球22		脆皮香蕉	脆皮香蕉30		烧麦	糯米烧麦50		百变兔包	百变兔包30		美番乐水蜜桃汁	美番乐水蜜桃汁125	
	午餐套餐B	大荤	红烧小排	小排块75; 胡萝卜45		酱香鸭根	鸭翅根110		青豆玉米虾仁	虾仁30; 冻玉米粒40; 冻青豆粒30		栗子烧肉	鲜精肉70; 冻板栗40		美味道地肠	道地肠62.5	
	午餐套餐B	大荤	咔滋脆鸡排	咔滋嫩鸡排80		荠菜马蹄烩鱼片	巴沙鱼片60; 冻马蹄片20; 荠菜5		酱汁鸡腿	琵琶腿125		台式虾味球	台式虾味球60		糖醋小酥肉	小酥肉80	
	午餐套餐B	小荤	莴笋香干肉丝	肉丝8; 香干10; 光莴笋80		西红柿炒蛋	鸡蛋35; 西红柿80		双花肉片	肉片10; 花菜90; 西兰花15		肉丝毛豆冬瓜	肉丝8; 冬瓜115; 冻毛豆粒5		蚝油杏鲍菇肉丝	肉丝8; 杏鲍菇75; 胡萝卜10	
	午餐套餐B	素菜	广东菜心	广东菜心80		葱花土豆片	土豆90; 葱2		红烧豆腐	板豆腐85		榨菜麻糊	麻腐85; 榨菜丝5		牛心菜胡萝卜	牛心菜80; 胡萝卜5	
	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	西红柿冬瓜蛋汤	鸡蛋8; 冬瓜40; 西红柿10		香菜肉米豆腐羹	去皮夹心4; 鸡蛋5; 板豆腐25; 香菜1		番茄土豆蛋汤	鸡蛋8; 西红柿20; 土豆20		绿豆汤	绿豆15; 白糖5		牛肉粉丝汤	牛瘦肉4; 龙口粉丝4; 油豆腐3; 香菜1	
	午餐套餐B	加餐				脆皮香蕉	脆皮香蕉30								美番乐水蜜桃汁	美番乐水蜜桃汁125	