

学生菜单 小学15元 菜单

| 日期 | 菜谱 | 原料 | 营养 | |
|--------------|---------|-------------------|--------------|-------|
| 9月11日 星期一 | 糖醋鸡柳 | 上浆鸡柳 | 能量 (kcal) | 731.3 |
| | 香炸鱼排 | 40g鱼排 | | |
| | 肉糜冬瓜 | 肉糜, 冬瓜, 速冻毛豆肉 | 蛋白质 (g) | 31.1 |
| | 炒时蔬 | 时蔬 | | |
| | 米饭 | 米饭 | 脂肪 (g) | 21.9 |
| | 菌菇蛋花汤 | 鲜香菇, 海鲜菇, 鸡蛋 | | |
| | | | | |
| 9月12日 星期二 | 酱烧鸭根 | 鸭根 | 能量 (kcal) | 660.1 |
| | 五星虾饼 | 虾饼 | | |
| | 番茄炒蛋 | 番茄, 鸡蛋 | 蛋白质 (g) | 28.1 |
| | 炒时蔬 | 时蔬 | | |
| | 米饭 | 米饭 | 脂肪 (g) | 19.8 |
| | 玉米猪骨汤 | 玉米棒, 汤骨 | | |
| | | | | |
| 9月13日 星期三 | 香骨鸡 | 香骨鸡 | 能量 (kcal) | 710.9 |
| | 甜椒土豆肉片 | 甜椒, 土豆, 上浆肉片 | | |
| | 炒时蔬 | 时蔬 | 蛋白质 (g) | 30.2 |
| | 奶香小刀切 | 奶香小刀切 | | |
| | 扬州炒饭 | 盐水方腿, 鸡蛋, 米饭, 青甜椒 | 脂肪 (g) | 21.3 |
| | 白菜贡丸粉丝汤 | 大白菜, 贡丸, 粉丝 | | |
| | | | | |

学生菜单 小学15元 菜单

| 日期 | 菜谱 | 原料 | 营养 | |
|--------------|--------|------------------------|--------------|-------|
| 9月14日 星期四 | 茄汁牛肉丸 | 牛肉丸, 番茄酱 | 能量 (kcal) | 766.8 |
| | 椒盐小酥肉 | 小酥肉 | | |
| | 翡翠银芽肉丝 | 甜椒, 绿豆芽, 上浆肉丝 | 蛋白质 (g) | 32.6 |
| | 炒时蔬 | 时蔬 | | |
| | 米饭 | 米饭 | 脂肪 (g) | 23.0 |
| | 海带鸡汤 | 腌渍海带丝, 鸡边腿 | | |
| | | | | |
| 9月15日 星期五 | 红烧鸡块 | 鸡边腿 | 能量 (kcal) | 791.0 |
| | 烂糊肉丝 | 大白菜, 肉丝, 鲜香菇, 胡萝卜 | | |
| | 炒时蔬 | 时蔬 | 蛋白质 (g) | 33.6 |
| | 花卷 | 葱油花卷 | | |
| | 锦绣炒饭 | 盐水方腿, 粟米, 胡萝卜, 鸡蛋, 米饭, | 脂肪 (g) | 23.7 |
| | 萝卜猪骨汤 | 白萝卜, 汤骨 | | |
| | | | | |