

进才繁荣 18 元学生 A 套菜单 2025 年 09 月 15 日—09 月 19 日



日期	菜名	★原料（每份量/克）		备注
星期一	A 黄瓜胡萝卜虾仁	黄瓜 60g、虾仁 50g、胡萝卜 20g		
	B 西芹牛柳	西芹 50g、牛柳 70g		
	椰香咖喱鸡块	鸡边腿块 120g、土豆 40g、椰浆		
	糯米烧卖	50g		
	杭白菜油方	杭白菜 110g、油方 5g		
	杂粮饭	玉米 5g、大米 85g		
	裙带菜金针菇肉糜汤	裙带菜 0.5g、肉糜 5g、金针菇 15g		
	果汁	1 杯		
星期二	A 功夫鱼排	80g		
	B 酱鸭腿	130g		
	肉糜炖蛋	肉糜 50g、鸡蛋 50g		
	青瓜炒蛋	青瓜 100g、鸡蛋 30g		
	芹菜豆芽	芹菜 50g、黄豆芽 30g		
	米饭	大米 85g		
	番茄榨菜蛋花汤	番茄 30g、榨菜 5g、鸡蛋 10g		
星期三	A 香炸牛排	80g		
	B 卡兹鱿鱼圈	80g		
	三鲜烩肉丸	肉丸 50g、白菜 50g、木耳 0.5g		
	青菜	120g		

	卤肉饭	大米 85g、肉丁 30g、香菇 10g、土豆 50g、洋葱 30g		
	西湖牛肉羹	牛肉糜 5g、香菇 2g、鸡蛋 10g、胡萝卜 10g		
	桔子	1 只×100g		
星期四	A 菠萝咕咾肉	糖水菠萝 20g、咕咾肉 80g		
	B 蜜汁鸡全翅	90g		
	粟米鱼丁	鱼丁 90g、粟米 30g、胡萝卜 10g		
	蚂蚁上树	肉糜 10g、粉丝 20g		
	花菜木耳	花菜 100g、木耳 0.5g		
	米饭	大米 85g		
	香菜肉丝豆腐汤	香菜 1g、肉丝 5g、豆腐 30g		
星期五	A 糖醋小排	100g		
	B 葱烤大排	80g		
	锦绣肉丁	肉丁 50g、黄瓜 50g、胡萝卜 20g		
	蒜泥生菜	110g		
	培根炒饭	大米 85g、心菜 50g、胡萝卜 10g、培根 10g		
	冬瓜肉丝扁尖汤	冬瓜 30g、扁尖 8g、肉丝 10g		
	苹果	1 个		

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2025 年 09 月 08 日