

进才繁荣 18 元学生 A 套菜单 2025 年 09 月 28 日—09 月 30 日



日期	菜名	★原料（每份量/克）		备注
星期日	A 酱鸭腿	130g		
	B 红烧大排	80g		
	五彩虾仁	虾仁 30g、三色菜 15g、西芹 20g、鸡蛋 50g		
	荤素什锦	心菜 80g、胡萝卜 15g、白玉菇 10g、肉片 20g		
	猪猪奶黄包	1 只		
	杂粮饭	大米 85g、小米 5g		
	油豆腐肉糜粉丝汤	油方 5g、粉丝 5g、肉糜 5g		
	苹果	1 个		
星期一	A 莴笋牛柳	牛柳 70g、莴笋 50g		
	B 小肉百叶结	带皮小肉 40g、精夹心小肉 40g、百叶结 22g		
	香菇滑鸡	鸡块 110g、洋葱 30g、香菇 10g		
	炒青菜	青菜 120g		
	猪肉玉米蒸饺	2 只×20g		
	米饭	大米 85g		
	番茄蛋花汤	番茄 30g、鸡蛋 10g		
星期二	A 炸猪排	80g		
	B 黄金海皇星	60g		

	青瓜肉丁	青瓜 50g、胡萝卜 20g、肉丁 50g		
	娃娃菜木耳	娃娃菜 110g、木耳 0.5g		
	意式肉酱面	意面 75g、三色菜 15g、洋葱 30g、肉糜 30g		
	绿豆汤	绿豆 15g		
	桔子	1 只×100g		
	国庆节休息			

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2025 年 09 月 22 日