

进才繁荣 18 元学生 A 套菜单 2025 年 10 月 09 日—10 月 11 日



日期	菜名	★原料（每份量/克）		备注
星期二	国庆休假			
星期三	国庆休假			
星期四	A 香酥鸡腿	110g		
	B 外婆红烧肉	大肉 80g		
	蚝油牛肉	青椒 10g、笋片 30g、胡萝卜 30、牛肉片 70g		
	肉糜豆腐	肉糜 10g、豆腐 80g		

西芹胡萝卜	西芹 90g、胡萝卜 20g	
米饭	大米 85g	
裙带菜金针菇肉糜汤	裙带菜 0.5g、金针菇 15g、肉糜 5g	
椰奶	100g	

星期五

A 糖醋小排	小排 70g、精夹心小肉 30g	
B 粟米鱼丁	鱼丁 90g、粟米 30g、毛豆 10g	
咖喱土豆鸭块	土豆 40g、鸭腿块 120g	
白菜炒蛋	白菜 80g、胡萝卜 10g、鸡蛋 30g	
炒青菜	110g	
米饭	大米 85g	
番茄蛋花汤	番茄 30g、鸡蛋 10g	

星期六

A 红烧翅根	120g	
B 盐水虾	活虾 60g	
小炒肉	生肉片 50g、心菜 50g、木耳 0.5g	
青瓜白玉菇	青瓜 100g、胡萝卜 10g、白玉菇 10g	
心菜方腿炒饭	心菜 50g、胡萝卜 10g、方腿 20g、大米 85g	
肉丝冬瓜榨菜汤	生肉丝 5g、冬瓜 30g、榨菜丝 5g	
香蕉	1 只 × 110g	

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2025 年 09 月 29 日