

进才繁荣 18 元学生 AB 套菜单 2025 年 12 月 01 日—12 月 05 日



日期	菜名	★原料（每份量/克）		备注
星期一	A 椰浆咖喱牛肉粒	牛肉粒 70g、土豆 50g、胡萝卜 20g		
	B 红烧小排	小排 100g		
	干锅鸭腿块	鸭腿块 120g、芹菜 15g、洋葱 30g		
	莴笋炒蛋	莴笋 80g、鸡蛋 30g		
	红糖发糕	1 只		
	杂粮饭	血糯米 5g、大米 85g		
	裙带菜金针菇肉糜汤	裙带菜 0.5g、金针菇 15g、肉糜 5g		
	乳酸菌	1 杯*100g		
星期二	A 葱烤大排	90g		
	B 番茄鱼丁	巴沙鱼丁 90g、番茄 30g、金针菇 10g		
	香菇蒸滑鸡	鸡块 120g、香菇 20g、洋葱 30g		
	白菜肉糜粉丝	白菜 80g、肉糜 20g、绿豆粉丝 5g		
	糯米烧麦	50g		
	米饭	大米 85g		
	紫菜蛋花汤	紫菜 0.5g、鸡蛋 10g		
星期三	A 糖醋咕咾肉	80g		
	B 蜜汁虾	60g		
	鱼香肉丝	肉丝 50g、笋丝 40g、胡萝卜 20g		
	炒青菜	120g		

	扬州炒饭	大米 85g、鸡蛋 30g、红肠 20g、三色菜 15g		
	罗宋汤	红肠 10g、洋葱 10g、番茄 10g、土豆 20g、心菜 10g		
	桔子	100g		
星期四	A 香烤蛋包	70g		
	B 咖喱鸡腿	110g		
	锦绣鱼面筋	鱼面筋 60g、青菜 30g、方腿 20g、木耳 0.5g		
	五香牛肉丸	25g、2 只		
	双色土豆丝	土豆 90g、胡萝卜 20g		
	米饭	大米 85g		
	酸辣汤	豆腐 20g、胡萝卜 10g、香菇 2g、鸡蛋 10g		
星期五	A 小肉香干	带皮小肉 80g、香干 14g		
	B 双菇肉片	肉片 50g、香菇 30g、杏鲍菇 30g、胡萝卜 10g		
	上校鸡块	95g		
	葱油卷心菜	卷心菜 110g、胡萝卜 10g		
	蛋炒饭	大米 85g、鸡蛋 50g、三色菜 30g		
	猪骨冬瓜汤	猪骨 20g、冬瓜 30g		
	学生豆奶	125g		

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2025 年 11 月 24 日