

# 进才繁荣18元学生AB套菜单 2026年03月23日—03月27日



日期	菜名	★原料 (每份量/克)		备注
星期一	A鲜烩虾球	龙虾丸60g、娃娃菜30g、胡萝卜10g		
	B宫保肉丁	肉丁50g、花生15g、香干14g		
	红烧大肉	80g		
	西葫芦炒蛋	西葫芦80g、胡萝卜20g、鸡蛋30g		
	青椒土豆丝	青椒10g、土豆90g		
	杂粮饭	大米85g、血糯米5g		
	番茄蛋花汤	番茄30g、鸡蛋10g		
	椰奶	100g		
星期二	A芹香牛柳	西芹50g、木耳0.5g、牛柳70g		
	B三色目鱼花	目鱼花80g、莴笋30g、胡萝卜20g		
	蜜汁鸡腿	110g		
	白菜油方	白菜110g、胡萝卜10g、油方5g		
	小春卷	13g*2只		
	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		
星期三	A萝卜烧小肉	带皮小肉4g、精小肉40g、萝卜50g		
	B橙香吮指鱼	吮指鱼80g、果珍粉		
	双花炒肉片	肉片50g、西兰花30g、花菜30g、胡萝卜10g		
	炒青菜	120g		
	咖喱三丁饭	大米85g、鸡丁40g、胡萝卜20g、土豆40g		
	荠菜肉丝豆腐汤	荠菜1g、肉丝5g、豆腐30g		
	芦柑	100g		
星期四	A木耳鱼片	鱼片90g、木耳0.5g、胡萝卜10g		
	B排骨年糕	肉小排80g、手指年糕30g		
	香烤蛋包	70g		
	香炒牛肉丸	牛肉丸50g、木耳0.5g、青椒10g		
	翡翠银芽	青椒10g、胡萝卜10g、银芽90g		
	米饭	大米85g		
	猪骨黄豆汤	猪骨20g、黄豆10g		
星期五	A奥尔良翅根	100g		
	B美极虾	60g		
	干锅鸭腿块	鸭腿块120g、芹菜15g、洋葱30g		
	心菜白玉菇	心菜100g、胡萝卜10g、白玉菇10g		
	扬州炒饭	大米85g、红肠20g、三色菜15g、鸡蛋30g		
	绿豆汤	绿豆20g		
	九阳豆奶	125g		

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2026年03月16日