

# 进才繁荣18元学生AB套菜单 2026年04月27日—04月30日



日期	菜名	★原料 (每份量/克)	备注
星期一	A莴笋牛肉丝	牛肉丝70g、莴笋30g、胡萝卜20g	肉糜豆腐
	B酱烧蹄髈	蹄髈130g、黄豆10g	
	椰香咖喱鸡腿块	鸡腿块120g、土豆50g	
	包菜炒蛋	心菜70g、胡萝卜10g、鸡蛋30g	
	清炒生菜	110g	
	米饭	大米85g	
	番茄豆腐蛋花汤	番茄30g、豆腐30g、鸡蛋5g	
星期二	A上校鸡块	95g	土豆肉丁
	B茄汁虾	60g	
	肉饼子炖蛋	肉糜50g、鸡蛋50g	
	葱油西葫芦	西葫芦100g、胡萝卜10g	
	香菇卤肉饭	大米85g、肉丁30g、香菇10g、土豆25g、洋葱25g	
	油豆腐肉糜粉丝汤	油方5g、肉糜5g、粉丝5g	
	香蕉	110g	
星期三	A香干回锅肉	肉片70g、香干14g、青椒10g	娃娃菜肉片
	B干锅鸭腿块	鸭腿块120g、芹菜15g、洋葱20g	
	豆豉蒸小排	100g	
	娃娃菜木耳炒蛋	娃娃菜80g、木耳1g、鸡蛋30g	
	奶香玉米包	36g	
	米饭	大米85g	
	紫菜虾皮蛋花汤	紫菜0.5g、虾皮2g、鸡蛋10g	
星期四	A红烧翅根	132g	肉糜粉丝
	B葱烤大排	90g	
	藕荷	33g*2只	
	清炒西兰花	西兰花80g、胡萝卜20g	
	猪猪奶黄包	1只*30g	
	方腿蛋炒饭	方腿20g、鸡蛋30g、三色菜30g、大米85g	
	小排冬瓜汤	小排20g、冬瓜30g	
	椰奶	100g	
星期五	五一休息		

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2026年04月20日