

进才繁荣18元学生AB套菜单 2026年05月11日—05月15日



日期	菜名	★原料 (每份量/克)		备注
星期一	A咖喱土豆牛肉	土豆50g、牛肩肉70g		
	B红烧大肉	100g		
	卡兹脆鸡排	80g		
	烂糊肉丝	白菜100g、木耳0.5g、肉丝20g		
	杭白菜豆皮	杭白菜110g、中百叶8g		
	杂粮饭	大米85g、血糯米5g		
	番茄蛋花汤	番茄30g、鸡蛋10g		
学生奶	125g			
星期二	A肉饼子炖蛋	肉糜50g、鸡蛋50g		
	B黄焖鸭腿块	鸭腿块120g、土豆30g、青椒10g		
	小排胡萝卜	小排80g、胡萝卜40g		
	彩椒西芹炒鱼丸	彩椒5g、西芹30g、鱼丸50g		
	葱油黄豆芽	90g		
	米饭	大米85g		
	油豆腐肉糜粉丝汤	油豆腐5g、肉糜5g、粉丝5g		
星期三	A双花肉片	西兰花30g、花菜30g、胡萝卜10g、肉片50g		
	B金玉满堂	粟米50g、胡萝卜10g、肉丁50g		
	蜜汁翅根	132g		
	包菜白玉菇	心菜90g、白玉菇10g		
	意式肉酱面	意面75g、肉糜30g、洋葱20g、三色菜10g		
	罗宋汤	红肠10g、洋葱10g、番茄10g、土豆20g、心菜10g		
	香蕉	110g		
星期四	A排条年糕	排条80g、手指年糕30g、白芝麻2g		
	B红烧虾	60g		
	香干回锅肉	香干14g、肉片70g、青椒10g		
	番茄炒蛋	番茄80g、鸡蛋50g		
	水晶冬瓜	110g		
	米饭	大米85g		
	黄豆猪骨汤	黄豆10g、猪骨30g		
星期五	A咖喱鸡腿	110g		
	B天妇罗鳕鱼排	40g*2只		
	蜜汁狮子头	35g*2只		
	娃娃菜炒素	娃娃菜90g、木耳0.5g、胡萝卜10g		
	家乡菜饭	大米85g、青菜60g、胡萝卜10g、方腿20g		
	绿豆汤	绿豆20g		
	乳酸菌	100g		

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2026年05月04日