

进才繁荣18元学生AB套菜单 2026年05月25日—05月29日



日期	菜名	★原料 (每份量/克)	备注
星期一	A菠萝咕咾肉	菠萝20g、咕咾猪肉80g	土豆肉丁
	B葱烤大排	90g	
	滑炒肉丁	肉丁70g、土豆40g、番茄30g	
	五香鸭根	鸭翅根100g	
	炒青菜	110g	
	杂粮饭	大米85g、玉米碴5g	
	西湖牛肉羹	牛肉糜5g、香菇2g、鸡蛋10g、胡萝卜10g	
	椰奶	100g	
星期二	A肉饼子炖蛋	肉糜50g、鸡蛋50g	西葫芦肉片
	B唐杨鸡块	90g	
	莴笋牛柳	莴笋30g、胡萝卜20g、牛柳70g	
	西葫芦肉片	西葫芦90g、胡萝卜10g、肉片20g	
	红糖发糕	40g	
	米饭	大米85g	
	紫菜蛋花汤	紫菜0.5g、鸡蛋10g	
星期三	A豆豉蒸小排	100g	肉糜粉丝
	B油爆虾	60g	
	烩三鲜	西兰花30g、胡萝卜10g、小肉丸20g、方腿20g、鹌鹑蛋30g	
	蚂蚁上树	肉糜10g、粗粉丝20g	
	芥菜笋丁炒饭	芥菜5g、笋丁30g、鸡蛋20g、方腿10g、大米85g	
	土豆猪骨汤	土豆30g、猪骨30g	
	香蕉	110g	
星期四	A双菇肉片	香菇20g、杏鲍菇40g、胡萝卜10g、肉片50g	白菜炒蛋
	B香干回锅肉	肉片70g、香干14g、青椒10g	
	奥尔良鸡腿	100g	
	白菜木耳炒蛋	白菜90g、木耳0.5g、鸡蛋30g	
	杭白菜油方	杭白菜110g、油方5g	
	米饭	大米85g	
	香菜肉丝豆腐汤	香菜1g、肉丝5g、豆腐30g	
星期五	A番茄肉丝炒蛋	番茄50g、肉丝30g、鸡蛋50g	番茄炒蛋
	B滑炒鱼片	巴沙鱼片90g、木耳0.5g、毛豆10g	
	红烧大肉	80g	
	翡翠银芽	青椒5g、胡萝卜10g、银芽90g	
	培根炒饭	大米85g、心菜50g、胡萝卜20g、培根15g	
	鸡丝粟米羹	鸡丝10g、粟米10g、鸡蛋10g	
	乳酸菌	100g	

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2026年05月18日