

进才繁荣18元学生AB套菜单 2026年06月01日—06月05日



日期	菜名	★原料 (每份量/克)		备注
星期一	A黑椒牛排	80g		
	B卡兹鱿鱼圈	90g		
	金玉满堂	肉丁50g、粟米50g、胡萝卜10g		
	双色菜花	西兰花50g、花菜50g		
	意式肉酱面	意面75g、三色菜10g、肉酱30g、洋葱20g		
	罗宋汤	红肠10g、洋葱10g、番茄10g、土豆20g、心菜10g		
	西式小蛋糕	40g		
星期二	A蜜汁翅根	132g		
	B糖醋排条	80g		
	锦绣鱼丁	鱼丁90g、西葫芦30g、胡萝卜10g		
	烂糊肉丝	白菜90g、胡萝卜10g、木耳0.5g、肉丝20g		
	芹香豆芽	芹菜50g、黄豆芽30g		
	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咖喱土豆牛肉	土豆50g、牛肩肉70g		
	B蒜香小排	蒜香小排100g		
	酱鸭腿	130g		
	肉糜豆腐	肉糜10g、豆腐100g		
	炒青菜	青菜110g		
	杂粮饭	大米85g、血糯米5g		
	裙带菜菌菇蛋花汤	裙带菜0、5g、金针菇10g、鸡蛋10g		
学生豆奶	125g			
星期四	A小肉鹌鹑蛋	带皮小肉60g、精夹心小肉30g、鹌鹑蛋30g		
	B盐水虾	活虾50g		
	香菇滑鸡腿	香菇10g、洋葱30g、鸡腿块120g		
	黄瓜炒蛋	黄瓜80g、胡萝卜10g、鸡蛋30g		
	水果卡通包	36g		
	米饭	大米85g		
	番茄蛋花汤	番茄30g、鸡蛋10g		
星期五	A上校鸡块	95g		
	B三色目鱼花	目鱼花80g、莴笋30g、胡萝卜20g		
	鱼香肉丝	肉丝50g、笋丝40g、木耳0.5g		
	葱油心菜	心菜100g		
	家乡菜饭	大米85g、青菜60g、胡萝卜10g、方腿20g		
	黄豆猪骨汤	黄豆10g、猪骨30g		
	椰奶	100g		

注：如有变化，以当天菜单为准！

打印日期：2026年05月25日