

2020 年度上学期第五周食谱 (2021 年 3 月 29 日—2021 年 4 月 2 日)

日期	水果	午餐	午点
3 月 29 日 (周一)	苹果	蜜汁叉烧 肉末茄子 米饭 白菜豆腐瘦肉汤	牛奶 紫薯餐包
3 月 30 日 (周二)	提子	瑶柱蒸水蛋 豆角肉末 米饭 胡萝卜玉米猪骨汤	雪耳番薯红枣莲子糖水
3 月 31 日 (周三)	香蕉	彩蔬肉丝炒河粉 枸杞猪肝瘦肉汤	牛奶 奶黄包
4 月 1 日 (周四)	雪梨	蒸鱼饼 西红柿炒蛋 米饭 冬瓜肉片汤	青菜瘦肉粥 馒头
4 月 2 日 (周五)	桔子	土豆焖牛肉 肉末青菜 米饭 清补凉竹丝鸡汤	牛奶 奶酪餐包