

2020 年度下学期第二十周食谱 (2021 年 7 月 12 日—2021 年 7 月 17 日)

日期	水果	午餐	午点
7 月 12 日 (周一)	苹果 木瓜	蜜汁叉烧 肉末茄子 米饭 白菜豆腐瘦肉汤	牛奶 蛋糕
7 月 13 日 (周二)	香蕉 葡萄干	瑶柱蒸水蛋 豆角肉末 米饭 胡萝卜玉米猪骨汤	牛奶 馒头
7 月 14 日 (周三)	哈密瓜	彩蔬肉丝炒河粉 枸杞猪肝瘦肉汤	牛奶 白糖糕
7 月 15 日 (周四)	雪梨 圣女果	蒸鱼饼 西红柿炒蛋 米饭 冬瓜肉片汤	牛奶 蛋挞
7 月 16 日 (周五)	西瓜 提子	自助餐	牛奶 花卷
7 月 17 日 (周六)	桔子 蔓越莓干	扬州炒饭 菜心肉片汤	牛奶 达利园小面包