

2021 年度上学期第九周食谱 (2021 年 11 月 1 日—2021 年 11 月 5 日)

日期	水果	午餐	午点
11 月 1 日 (周一)	哈密瓜 葡萄干	好味骨 虾米冬瓜 米饭 淮山扁豆牛骨汤	牛奶 蛋挞
11 月 2 日 (周二)	桔子 柚子	三丝牛肉 肉片娃娃菜 米饭 无花果菜干猪骨汤	牛奶 花卷
11 月 3 日 (周三)	提子	三色水蛋 肉末茄子 米饭 赤小豆粉葛脊骨汤	雪耳红枣莲子糖水 鸡蛋
11 月 4 日 (周四)	苹果 蓝莓干	茄汁龙利鱼 肉片花菜 米饭 彩蔬瘦肉羹	牛奶 迷你菠萝包
11 月 5 日 (周五)	雪梨 香蕉	有味饭 淮山茨实水鸭汤	牛奶 马拉糕