

2020 年度下学期第十八周食谱 (2021 年 6 月 28 日—2021 年 7 月 2 日)

日期	水果	午餐	午点
6 月 28 日 (周一)	橙子 葡萄干	咖喱鱼蛋 肉末豆腐 米饭 紫菜虾皮瘦肉汤	牛奶 紫薯餐包
6 月 29 日 (周二)	苹果 草莓	好味骨 虾米冬瓜 米饭 淮山扁豆牛骨汤	牛奶 白吐司
6 月 30 日 (周三)	火龙果	蜜汁鸡翅 小棠菜扒双菇 米饭 赤小豆粉葛脊骨汤	牛奶 马拉糕
7 月 1 日 (周四)	番石榴 哈密瓜	鸡蛋炒青瓜粒 肉片花菜 米饭 彩蔬瘦肉羹	牛奶 馒头
7 月 2 日 (周五)	香蕉 蔓越莓干	青菜肉汁肠粉 淮山茨实水鸭汤	牛奶 花卷