

2020 年度上学期第十六周食谱 (2020 年 12 月 21 日—2020 年 12 月 25 日)

日期	水果	午餐	午点
12 月 21 日 (周一)	橙子	白菜猪肉水饺 瘦肉汤面	牛奶 小法片
12 月 22 日 (周二)	圣女果	瑶柱蒸水蛋 豆角肉末 米饭 胡萝卜玉米猪骨汤	青菜瘦肉粥 馒头
12 月 23 日 (周三)	香蕉	彩蔬肉丝捞面 枸杞猪肝瘦肉汤	牛奶 紫米元气棒
12 月 24 日 (周四)	雪梨	红烧鱼丸 西红柿炒蛋 米饭 清补凉竹丝鸡汤	番薯红枣莲子糖水
12 月 25 日 (周五)	苹果	卤水鸡翅 瘦肉菜心 米饭 萝卜肉片汤	牛奶 红豆餐包