2021年度上学期第六周食谱 (2021年10月11日—2021年10月15日)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 水果 | 午餐 | 午点 |
| 10月11日（周一） | 西瓜葡萄干 | 好味骨虾米冬瓜米饭淮山扁豆牛骨汤 | 牛奶蛋挞 |
| 10月12日 （周二） | 苹果柚子 | **三丝牛肉****肉片娃娃菜****米饭****无花果菜干猪骨汤** | **牛奶****花卷** |
| 10月13日 （周三） | 提子 | **三色水蛋****肉末茄子****米饭****赤小豆粉葛脊骨汤** | **牛奶****红豆吐司** |
| 10月 14日 （周四） | 橙子蓝莓干 | **茄汁龙利鱼****肉片花菜****米饭****彩蔬瘦肉羹** | **牛奶****迷你菠萝包** |
| 10月15日 （周五） | 雪梨香蕉 | **金针菇烩鸡肉****云南小瓜炒肉片****米饭****淮山茨实水鸭汤** | **牛奶****马拉糕** |