|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 水果 | 午餐 | 午点 |
| 2月28日  （周一） | 桔子  葡萄干 | 土豆焖牛肉  肉末青菜  米饭  雪耳百合红枣鸡汤 | 牛奶  豆沙面包 |
| 3月1日 （周二） | 柚子  香蕉 | 瑶柱蒸水蛋  豆角肉末  米饭  胡萝卜玉米猪骨汤 | 牛奶  南瓜馒头 |
| 3月2日 （周三） | 提子 | 杏鲍菇圆椒炒肉  支竹节瓜烩虾米  米饭  枸杞猪肝瘦肉汤 | 冬菇胡萝卜鸡肉面 |
| 3月3日 （周四） | 雪梨  圣女果 | 青瓜红萝卜炒虾仁  西红柿炒蛋  米饭  冬瓜薏米鸭汤 | 牛奶  马拉糕 |
| 3月4日 （周五） | 苹果  蔓越莓 | 三丝炒河粉  白菜豆腐瘦肉汤 | 牛奶  蛋挞 |

2021年度下学期第二周食谱 (2022年2月28日—2022年3月4日)