

华东理工大学附属小学 A 餐学生菜单 (15 元)

2024 年 9 月 2 日~9 月 6 日

日期	菜谱	主食	汤	营养
2024/9/2 星期一	糖醋排条	米饭	咸肉冬瓜扁 尖汤	能量 875 (kcal) 蛋白质 35.2g 脂肪 10.9g
	五彩肉丁			
	番茄炒饭			
	油豆腐烧杭白菜			
2024/9/3 星期二	红烧狮子头	米饭	菌菇蛋汤	能量 893 (kcal) 蛋白质 34.5g 脂肪 11.5g
	红烧大虾			
	肉糜豆腐			
	蒜香油麦菜			
2024/9/4 星期三	葱烤大排	米饭	肉糜榨菜粉 丝汤	能量 868 (kcal) 蛋白质 35.2g 脂肪 11.3g
	咖喱牛肉丸			
	莴笋木耳炒肉片			
	手撕包菜			
2024/9/5 星期四	油豆腐红烧肉	米饭	罗宋汤	能量 857 (kcal) 蛋白质 34.3g 脂肪 10.9g
	香酥鱼排			
	有机花菜炒方腿			
	鸡汁青菜			
2024/9/6 星期五	蚝油牛肉	米饭	土豆排骨汤	能量 896 (kcal) 蛋白质 35.6g 脂肪 11.4g
	美味鸡块			
	芹菜肉丝炒香干			
	土豆排骨汤			

华东理工大学附属小学 B餐学生菜单（15元）

2024年9月2日~9月6日

日期	菜谱	主食	汤	营养
2024/9/2 星期一	红烧鸭块	米饭	咸肉冬瓜扁 尖汤	能量 854(kcal) 蛋白质 35.2g 脂肪 10.9g
	五彩肉丁			
	番茄炒饭			
	油豆腐烧杭白菜			
2024/9/3 星期二	黄焖鸡块	米饭	菌菇蛋汤	能量 897(kcal) 蛋白质 34.5g 脂肪 11.5g
	红烧大虾			
	肉糜豆腐			
	蒜香油麦菜			
2024/9/4 星期三	菠萝咕咾肉	米饭	肉糜榨菜粉 丝汤	能量 887(kcal) 蛋白质 35.2g 脂肪 11.3g
	咖喱牛肉丸			
	莴笋木耳炒肉片			
	手撕包菜			
2024/9/5 星期四	鱼香肉丝	米饭	罗宋汤	能量 840(kcal) 蛋白质 34.3g 脂肪 10.9g
	香酥鱼排			
	有机花菜炒方腿			
	鸡汁青菜			
2024/9/6 星期五	五彩虾仁	米饭	土豆排骨汤	能量 878(kcal) 蛋白质 35.6g 脂肪 11.4g
	美味鸡块			
	芹菜肉丝炒香干			
	土豆排骨汤			