

## 华东理工大学附属小学 A 餐学生菜单（15 元）

2024 年 9 月 18 日~9 月 20 日

日期	菜谱	主食	汤	营养
2024/9/18 星期三	蚝油肉片	米饭	玉米排骨汤	能量 876(kcal) 蛋白质 34.5g 脂肪 10g
	虾仁炒蛋			
	肉糜炒冬瓜			
	清炒生菜			
2024/9/19 星期四	椒盐排条	米饭	肉糜海带汤	能量 893(kcal) 蛋白质 35.6g 脂肪 11.5g
	宫保肉丁			
	白菜木耳炒肉丝			
	鸡汁青菜			
2024/9/20 星期五	鲜汁蛋肉卷	扬州炒饭	鸡茸粟米羹	能量 849(kcal) 蛋白质 33.5g 脂肪 10g
	香酥藕夹			
	五彩绿豆芽			
	水果			

## 华东理工大学附属小学 B餐学生菜单（15元）

2024年9月18日~9月20日

日期	菜谱	主食	汤	营养
2024/9/18 星期三	葱油鸡根	米饭	玉米排骨汤	能量 894(kcal) 蛋白质 34.5g 脂肪 10g
	虾仁炒蛋			
	肉糜炒冬瓜			
	清炒生菜			
2024/9/19 星期四	萝卜烧肉	米饭	肉糜海带汤	能量 865(kcal) 蛋白质 35.6g 脂肪 11.5g
	宫保肉丁			
	白菜木耳炒肉丝			
	鸡汁青菜			
2024/9/20 星期五	鱼香肉丝	扬州炒饭	鸡茸粟米羹	能量 856(kcal) 蛋白质 33.5g 脂肪 10g
	香酥藕夹			
	五彩绿豆芽			
	水果			