

2024年春季第14周菜谱

单位：城西片

日期：5月20日-5月24日

星期	荤菜（大）	荤菜（小）	素菜一	汤	备注
一	百叶结烧肉	黄瓜炒虾仁	清炒白菜	蘑菇豆腐汤	橙子
二	牛腩炖土豆	韭黄香干炒肉丝	蒜泥茼蒿	番茄蛋花汤	
三	五香翅中	莴苣炒鸡蛋	清炒包菜	青菜肉丸汤	香蕉
四	盐水对虾	花菜炒肉片	上汤娃娃菜	番茄巴沙鱼	酸奶
五	红烧仔排	秀珍菇炒肉片	炒文蛤菜	白菜油豆腐汤	

	牛腩	鹌鹑蛋	蔬菜	水果	合计
周一	7786.9	2026	1796.38	3610.64	15219.92

	白条虾	后腿肉	蔬菜	粉丝	牛腱	香蕉	合计
周二	6363.7	1155	1410.96	130	2127	2610.4	13797.06