

18元中学A		
2025/12/15 星期一	酱烧鸭块 椰香咖喱牛肉 干锅花菜 炒青菜 米饭 番茄玉米小排汤	鸭边腿150g 牛前肉120g,土豆20g,洋葱10g,咖喱粉0.5g,椰浆6g 鲜花菜80g,上浆肉片20g,胡萝卜5g 青菜100g 大米100g 玉米棒20g,小排15g,番茄15g
2025/12/16 星期二	酸菜蒸海鲈鱼 烤麸烧肉 甜椒土豆肉片 炒菠菜 米饭 香鸭扁尖冬瓜汤	海鲈鱼块120g,酸菜20g 面筋块20g,带皮带骨中方肉120g 甜椒10g,土豆70g,上浆肉片20g 菠菜100g 大米100g 鸭边腿15g,扁尖5g,冬瓜30g
2025/12/17 星期三	红烧鸡翅根 番茄排骨 熊猫豆沙包 双色青甘蓝 飘香牛肉饭 酸辣汤	鸡根140g 小排140g,番茄20g,沙茶酱3g,番茄酱3g 熊猫豆沙包1只 青甘蓝95g,胡萝卜5g 牛肉糜20g,洋葱15g,胡萝卜15g,孜然粉0.3g,大米100g 笋丝5g,鸡蛋15g,老豆腐25g,上浆肉丝10g
2025/12/18 星期四	糟溜鱼片 香烤松板肉 甜椒藕片肉片 炒生菜 米饭 罗宋汤	巴沙鱼片130g,黑木耳0.5g,速冻毛豆肉10g 炭烧松板肉120g 甜椒10g,速冻藕片65g,上浆肉片20g 生菜100g 大米100g 红肠15g,番茄15g,卷心菜15g,土豆15g,洋葱3g,番茄酱5g
2025/12/19 星期五	奥尔良烩鸡 鱼香肉丝 蒸玉米棒 翡翠银芽 咸肉菜饭 牛肉粉丝汤	鸡腿块120g,土豆20g,胡萝卜10g,洋葱10g,奥尔良腌渍料6g 上浆肉丝85g,笋丝15g 玉米棒100g 甜椒10g,绿豆芽90g 咸腿肉25g,青菜60g,大米100g 牛前肉15g,粉丝10g