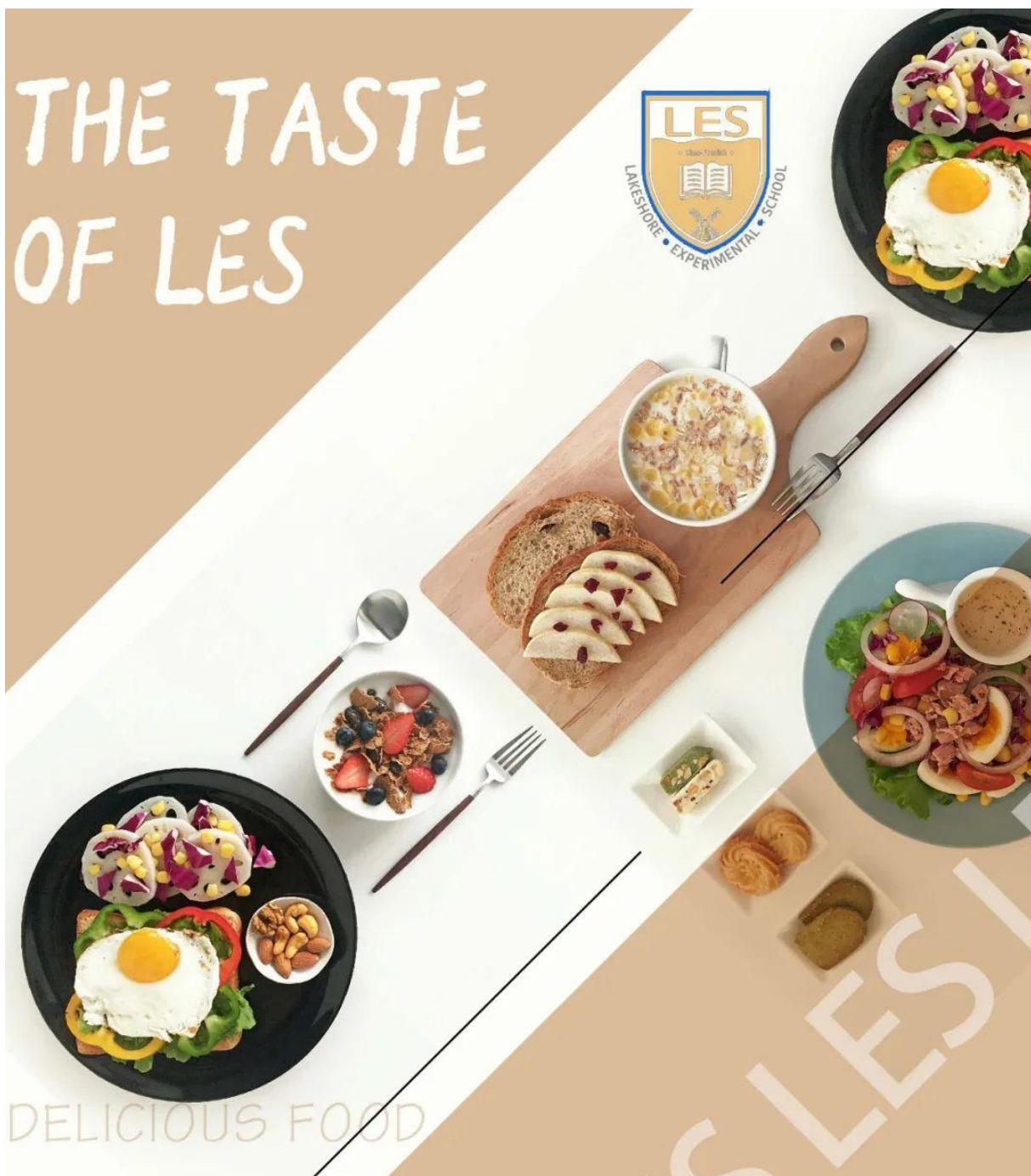




苏州市吴江区滨之湖实验学校

Suzhou Wujiang Lakeshore Experimental School

THE TASTE OF LES



一餐一饭 一朝一夕

美味餐食让生活充满温暖

用爱哺育每一份童真

用心烹饪每一种味道

为您呈现专属滨之湖学子的

美“食”美刻

The menu of week 1

(2.21—2.25)

科学搭配 营养均衡 菜式多样

星期三

早餐

红枣燕麦粥 香辣粉丝包
黄金糕 鸡蛋 纯牛奶



加餐

酸奶

午餐

脆皮鸡腿 干锅花菜肉片
西红柿炒蛋 家常菜尖
裙带菜冬瓜汤



晚 餐

腌笃鲜 青椒香干炒肉
鱼香茄子 手撕包菜
紫菜蛋汤



加 餐

沙琪玛

星 期 四

早 餐

豆浆 大麻球
茶叶蛋 叉烧包 紫薯卷



加 餐

芦柑

午 餐

茨菇烧肉 桂花蛋炒粉丝
麻婆豆腐 清炒菠菜
番茄蛋汤



晚 餐

蘑菇炖小鸡 酸汤小木耳
大蒜百叶肉丝 青椒土豆片
榨菜肉丝汤



加 餐

巧克力派

星 期 五

早 餐

猪肉芹菜饺子 流沙包
鸡蛋 纯牛奶 香菇菜包



加 餐

酸奶

午 餐

水煮牛肉 茶树菇炖素鸡
烂糊白菜 番茄炒笋瓜
萝卜蛋花汤



星 期 日

晚 餐

椒盐小酥肉 葱花炖蛋
家常地三鲜 菌菇豆腐蛋汤



加 餐

闲趣饼干

爱在健康中成长
爱在点滴中呵护
爱在味蕾中绽放

如果您有对孩子用餐的意见和建议
欢迎留言哦~
我们一直在努力
用心呵护孩子的健康!