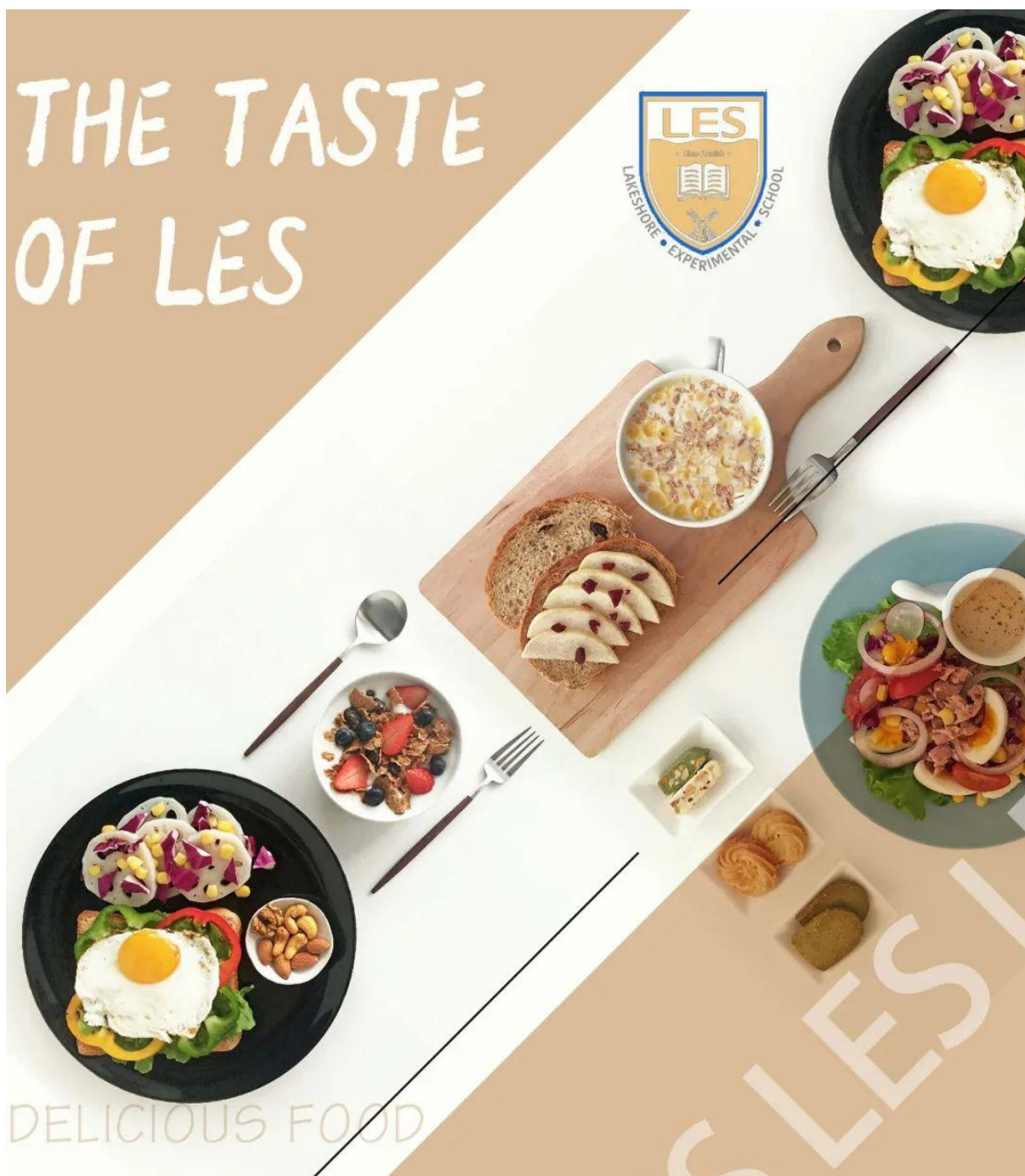




苏州市吴江区滨之湖实验学校

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 5

(4.1—4.6)

科学搭配 营养均衡 菜式多样

星期 一

早 餐

小米粥 鸡蛋

鲜肉包 香芋丸 纯牛奶



加餐

酸奶 草莓奥利奥

午餐

珍珠红烧肉 芥菜虾仁烩豆腐
上汤西兰花 青椒土豆丝
榨菜西红柿蛋汤



晚餐

烤肠、鸡块 鱼香肉丝
干锅包菜腊肉 清炒菠菜
萝卜小排汤



加餐

提子餐包 闲趣饼干

星期二

早餐

绿茶饼 豆浆
卤蛋 叉烧包 黑米糕



加餐

香脆杏仁饼 香蕉

午餐

黄豆炖猪脚 番茄炒蛋
水面筋毛豆炒肉丝 油焖地三鲜
开胃羹



晚餐

葱油大鸡腿 家常豆腐
芹菜炒肉丝 爆炒紫甘蓝
裙带冬瓜虾米汤



加餐

瑞士卷 蜂蜜奶香棒

星期三

早餐

雪菜肉丝小面鱼 杂粮窝窝头
鸡蛋 紫薯卷 纯牛奶



加餐
酸奶 巧克力棒

午餐
酱香牛腩 葱花炖蛋
酸汤小木耳 蒜苗蚕豆
老母鸡汤



星期六

晚餐
清蒸大蛋饺 青椒洋葱炒肉片
雪菜炒银芽 紫菜蛋花汤



加餐
华夫饼 万年青

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!