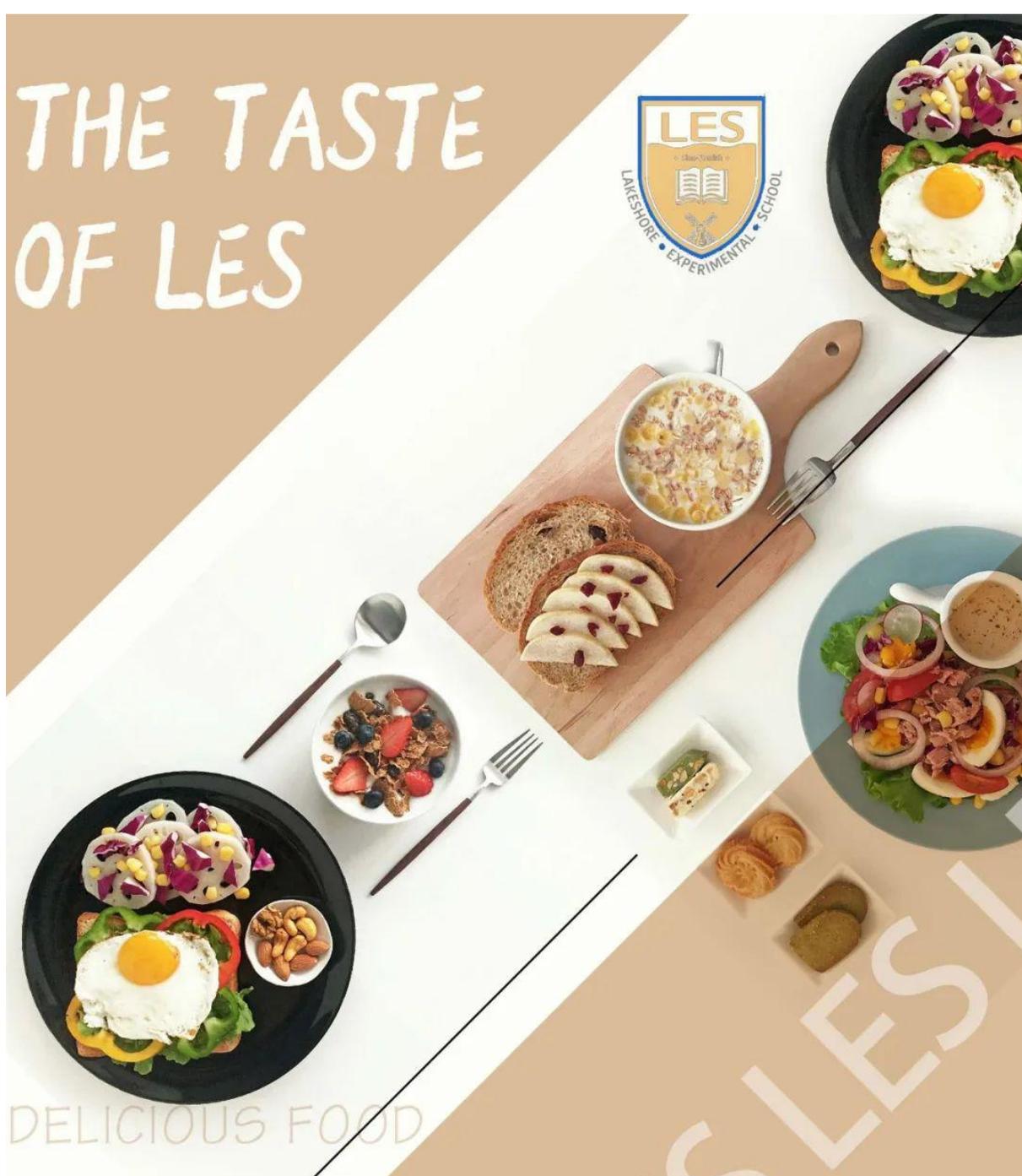




苏州市吴江区滨之湖实验学校
Suzhou Wujiang Lakeshore Experimental School



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 15

(5.27—6.2)

科学搭配 营养均衡 菜式多样

星期 一

早 餐

燕麦粥 鲜肉包

鸡蛋 红糖馒头 纯牛奶



加 餐

巧克力棒 草莓酸奶

午 餐

红烧排骨 肉沫豆角
桂花蛋炒粉丝 酸辣土豆丝
番茄蛋花汤



晚 餐

生炒小公鸡 开洋扁浦
杏鲍菇炒松板肉 三丝绿豆芽
紫菜蛋汤



加 餐

妙芙蛋糕 闲趣饼干

星 期 二

早 餐

雪菜肉丝小面鱼 叉烧包
鸡蛋 紫薯包 纯牛奶



加 餐

小番茄 杏仁酥饼

午 餐

烤肉肠、薯饼 番茄炒蛋
茭白炒肉丝 清炒小白菜
冬瓜筒骨汤



晚 餐

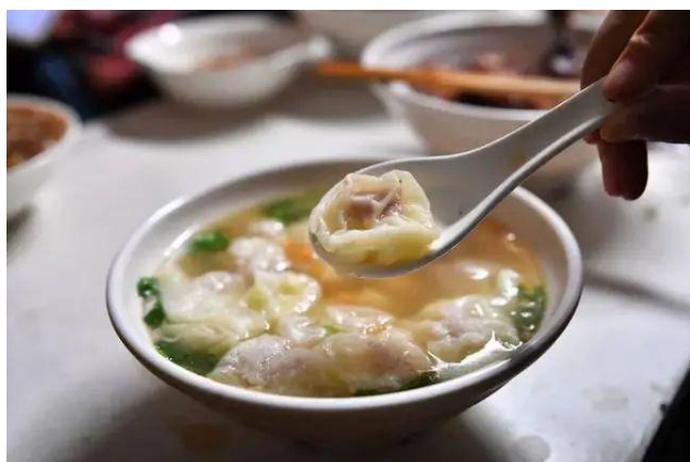
百叶结烧肉 芹菜炒肉丝
肉沫炖蛋 清炒茼蒿
青菜豆腐羹



加餐
手撕大面包 太平苏打

星期三

早餐
鸡汤泡泡馄饨 烧麦
红枣南瓜糕 鸡蛋 纯牛奶



加餐
法式小蛋糕 酸奶

午餐
咖喱土豆牛肉 蒜苗炒肉丝
干锅花菜 手撕包菜
草鸡汤



晚餐
魔芋烧鸭 茶树菇素鸡
刀豆炒腊肉 丝瓜毛豆子
裙带菜豆腐汤



加餐
奶香软面包 好丽友派

星期四

早餐
豆浆 茶叶蛋 绿茶饼
梅干菜包 肉包 猪猪奶黄包



加餐
油桃 椒盐酥饼

午餐
红烧扎肉 孜然水面筋炒肉
西蓝花炒蛋 油焖地三鲜
开胃羹



晚餐
香酥鸡米花 爆炒紫甘蓝
青椒肉丝 蒜苗炒肉
番茄土豆汤



加餐
沙琪玛 草莓蛋糕卷

星期五

早餐
扬州炒饭 流沙包
鲜肉包 卤蛋 纯牛奶



加餐
趣多多 酸奶

午餐
干锅鸡 鸭血烩豆腐
虾仁炖蛋 蒜泥苋菜
海带排骨汤



星期日

晚餐

葱油鸡腿 番茄炒蛋

香菇青菜 榨菜蛋汤



加餐

老蛋糕 原味奥利奥

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!