|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **周 一（3.11）** | | |
| **早 餐** | | |
| **点 心** | **盖 浇 面** |  |
| 杂粮馒头 1.5元 | 阳春面 3.0元 |  |
| 油 条 2.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 |  |
| 煎 包 2.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 蛋 饼 2.5元 | 青菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 糯米烧麦 2.5元 |  |  |
| 豆腐包 2.5元 |  |  |
| 鲜肉大包 4.0元 |  |  |
| **中 餐** | | |
| **套 餐** | **盖 浇 面** | **盖 浇 饭、煲子** |
| 10 元 | 阳 春 面 3.0元 | 咖喱鸡肉盖饭+卤蛋+西兰花  9.0元 |
| 五香鸡腿 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 鸡块粉丝煲 10.0元 |
| 青笋筋片 | 雪菜肉丝盖浇面 6.0元 |  |
| 椒盐土豆条 | 红烧鸡腿盖面 7.5元 |  |
| 香干白菜 | 肉末茄子盖面 6.0元 |  |
| **点 餐** | 大排盖面 8.0元 |  |
| 土豆烧肉 5.0元 | 素鸡盖浇面 5.0元 |  |
| 茄汁肉柳 5.0元 |  |  |
| 蒜香小排 9.0元 |  |  |
| 剁椒鱼块 5.0元 |  |  |
| 酱汁鸡腿 4.5元 |  |  |
| 番茄炒蛋 4.0元 |  |  |
| 春卷 1.5元/根 |  |  |
| 木耳西兰花 3.0元 |  |  |
| 雪菜豆腐汤 |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **晚 餐** | | |
| **点 餐** | **盖 浇 面** | **煲子、炒饭** |
| 水煮牛蛙 10.0 元 | 阳 春 面 3.0元 | 鸭血粉丝煲 10.0元 |
| 面筋烧肉 5.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 青菜火腿炒饭 5.0元 |
| 咕噜肉 5.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 奥尔良炸鸡 3.0元 | 青菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 大煮干丝 3.0元 |  |  |
| 红烧肉圆 3.0元 |  |  |
| 肉末粉皮 3.0元 |  |  |
| 白菜豆腐 2.5元 |  |  |
| 番茄蛋汤 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **周 二（3.12）** | | |
| **早 餐** | | |
| **点 心** | **盖 浇 面** |  |
| 杂粮馒头 1.5元 | 阳春面 3.0元 |  |
| 油 条 2.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 |  |
| 煎 包 2.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 蛋 饼 2.5元 | 青菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 糯米烧麦 2.5元 |  |  |
| 豆腐包 2.5元 |  |  |
| 鲜肉大包 4.0元 |  |  |
| **中 餐** | | |
| 套 餐 | **盖 浇 面** | **盖 浇 饭、煲子** |
| 10 元 | 阳 春 面 3.0元 | 鱼香肉丝盖饭+什锦玉米粒+肉串  9.0元 |
| 香炸鸡排 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 牛肉粉丝煲 12.0元 |
| 葱油蛋羹 | 雪菜肉丝盖浇面 6.0元 |  |
| 豆芽粉丝 | 红烧鸡腿盖面 7.5元 |  |
| 炒青菜 | 大排盖面 8.0元 |  |
| **点 餐** | 肉末茄子盖面 6.0元 |  |
| 蚝油牛肉片 9.0元 | 素鸡盖浇面 5.0元 |  |
| 葱爆对虾 8.0元 |  |  |
| 干锅鸡块 5.0元 |  |  |
| 面筋烧肉 5.0元 |  |  |
| 番茄烩鸡丸 4.0元 |  |  |
| 剁椒豆腐 4.0元 |  |  |
| 一品香芋 3.0元 |  |  |
| 蒜泥茼蒿 2.5元 |  |  |
| 紫菜蛋汤 |  |  |
|  |  |  |
| **晚 餐** | | |
| **点 餐** | **盖 浇 面** | **煲子、炒饭** |
| 五香鸡腿 4.5元 | 阳 春 面 3.0元 | 鸡块粉丝煲 10.0元 |
| 百叶烧肉 5.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 豇豆肉丁炒饭 5.0元 |
| 小酥肉 5.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 | 玉米 3.5元 |
| 干锅花菜 4.0元 | 大排面 8.0元 |  |
| 水煮鱼 5.0元 | 青菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 鸭血豆腐 3.0元 | 鸭腿盖面 10.0元 |  |
| 番茄炒蛋 4.0元 |  |  |
| 西芹玉米 2.5元 |  |  |
| 冬瓜海带汤 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **周 三（3.13）** | | |
| **早 餐** | | |
| **点 心** | **盖 浇 面** |  |
| 杂粮馒头 1.5元 | 阳春面 3.0元 |  |
| 油 条 2.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 |  |
| 煎 包 2.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 蛋 饼 2.5元 | 三鲜馄饨 9.0元 |  |
| 糯米烧麦 2.5元 |  |  |
| 豆腐包 2.5元 |  |  |
| 鲜肉大包 4.0元 |  |  |
| **中 餐** | | |
| **套 餐** | **盖 浇 面** | **盖 浇 饭、煲子** |
| 10 元 | 阳 春 面 3.0元 | 麻婆豆腐盖饭+鸡腿+酸辣圆包菜  9.0元 |
| 香炸大排 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 大排粉丝煲 11.0元 |
| 肉末剁椒土豆 | 雪菜肉丝盖浇面 6.0元 |  |
| 卤水豆腐 | 大排盖面 8.0元 |  |
| 炒青菜 | 鸡腿盖面 7.5元 |  |
| **点 餐** | 肉末茄子盖面 6.0元 |  |
| 番茄炖牛腩 9.0元 | 素鸡盖浇面 5.0元 |  |
| 红烧鸡腿 5.0元 |  |  |
| 土豆烧肉 5.0元 |  |  |
| 咕噜肉 5.0元 |  |  |
| 香酥鱼块 5.0元 |  |  |
| 鱼香肉丝 4.0元 |  |  |
| 烩鹌鹑蛋 4.0元 |  |  |
| 香干菠菜 2.5元 |  |  |
| 番茄蛋汤 |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **晚 餐** | | |
| **点 餐** | **盖 浇 面** | **煲 子、炒 饭** |
| 茄汁鸡柳 5.0元 | 阳 春 面 3.0元 | 酱油炒饭 5.0元 |
| 土豆鸡 5.0元 | 青椒肉丝盖浇面 6.0元 | 鸭血粉丝煲 10.0元 |
| 年糕仔排 6.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 玉 米 3.5元 |
| 鱼香茄子 4.0元 | 鸭腿盖面 10.0元 |  |
| 宫保鸡丁 4.0元 | 荠菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 奥尔良炸鸡翅 3.0元 |  |  |
| 肉末蛋羹 2.5元 |  |  |
| 炒青菜 2.0元 |  |  |
| 白菜豆腐汤 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **周 四（3.14）** | | |
| **早 餐** | | |
| **点 心** | **盖 浇 面** |  |
| 杂粮馒头 1.5元 | 阳春面 3.0元 |  |
| 油 条 2.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 |  |
| 煎 包 2.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 蛋 饼 2.5元 |  |  |
| 糯米烧麦 2.5元 |  |  |
| 豆腐包 2.5元 |  |  |
| 鲜肉大包 4.0元 |  |  |
| **中 餐** | | |
| 套 餐 | **盖 浇 面** | **盖 浇 饭、煲子** |
| 10 元 | 阳 春 面 3.0元 | 宫保鸡丁盖饭+炸鸡翅+麻辣包菜  9.0元 |
| 五香鸡腿 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 什锦粉丝煲 10.0元 |
| 土豆肉片 | 雪菜肉丝盖浇面 6.0元 |  |
| 麻辣豆腐 | 大排盖面 8.0元 |  |
| 清炒圆白菜 | 酸菜牛肉盖面 12.0元 |  |
| **点 餐** | 肉酱拌面 7.0元 |  |
| 鸭血龙利鱼 6.0元 | 素鸡盖浇面 5.0元 |  |
| 椒盐大排 5.0元 |  |  |
| 土豆烧肉 5.0元 |  |  |
| 辣子鸡 5.0元 |  |  |
| 杏菇肉柳 4.0元 |  |  |
| 红烧肉圆 3.0元 |  |  |
| 香干芹菜 2.5元 |  |  |
| 葱油蛋羹 2.0元 |  |  |
| 雪菜豆腐汤 |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **晚 餐** | | |
| **点 餐** | **盖 浇 面** | **煲 子、炒饭** |
| 鹌鹑蛋烧肉 5.5元 | 阳 春 面 3.0元 | 什锦蛋炒饭 5.0元 |
| 咕噜肉 5.0元 | 青椒肉丝盖浇面 6.0元 | 玉米 3.5元 |
| 薯条对虾 6.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 鸡块粉丝煲 10.0元 |
| 水煮肉片 4.0元 | 青菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 干锅花菜 4.0元 | 鸭腿盖面 10.0元 |  |
| 京葱扒鸡腿 4.5元 |  |  |
| 番茄炒蛋 4.0元 |  |  |
| 韭菜银芽 2.0元 |  |  |
| 冬瓜肉末汤 |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **周 五（3.15）** | | |
| **早 餐** | | |
| **点 心** | **盖 浇 面** |  |
| 杂粮馒头 1.5元 | 阳春面 3.0元 |  |
| 粉丝包 2.5元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 |  |
| 麻团 2.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 煎包 2.0元 |  |  |
| 糯米烧麦 2.5元 |  |  |
| 豆腐包 2.5元 |  |  |
| 鲜肉大包 4.0元 |  |  |
| 青菜猪肉包 2.5元 |  |  |
| 粢饭 4.0元 |  |  |
| **中 餐** | | |
| **套 餐** | **盖 浇 面** | **盖 浇 饭、煲子** |
| 10 元 | 阳 春 面 3.0元 | 肉酱盖饭+脆海苔+肉串+酸辣土豆丝 9.0元 |
| 红烧肉圆 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 | 鸭血粉丝煲 10.0元 |
| 香酥鸡米花 | 雪菜肉丝盖浇面 6.0元 |  |
| 五彩干丝 | 肉酱拌面 7.0元 |  |
| 白菜香干 | 大排盖面 8.0元 |  |
| **点 餐** | 酸菜牛肉面 12.0元 |  |
| 茄汁肉柳 5.0元 | 素鸡面 5.0元 |  |
| 干锅鸡 5.0元 |  |  |
| 鸡蛋肉饼 5.0元 |  |  |
| 锅包肉 5.0元 |  |  |
| 宫保鸡丁 4.0元 |  |  |
| 水煮鱼块 5.0元 |  |  |
| 什锦玉米粒 4.0元 |  |  |
| 姜米青菜 2.0元 |  |  |
| 冬瓜蛋汤 |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **晚 餐** | | |
| **点 餐** | **盖 浇 面** |  |
| 黄焖鸡块 5.0元 | 阳 春 面 3.0元 |  |
| 雪笋肉丝 4.0元 | 荷包蛋盖浇面 5.0元 |  |
| 小炒肉 4.0元 | 雪菜肉丝面 6.0元 |  |
| 奥尔良炸鸡 3.0元 | 青菜鲜肉馄饨 9.0元 |  |
| 酸辣土豆丝 2.0元 |  |  |
| 炒青菜 2.0元 |  |  |
| 紫菜蛋汤 |  |  |
|  |  |  |