

中学生套餐 18元

9月7日 星期一	9月8日 星期二	9月9日 星期三	9月10日 星期四	9月11日 星期五
A 莲藕排骨 去颈小排块120g, 速冻藕片20g, 红烧汁12g	A 鲜香虾饼 鲜虾饼60g	A 水笋烧肉 水笋30g, 带皮带骨中方块85g, 后腿肉块35g, 红烧汁12g	A 彩蔬凤尾虾 凤尾虾70g, 西芹35g, 胡萝卜15g	A 茄汁鱼块 带皮带骨巴沙鱼130g, 番茄酱8g
B 五彩瑶柱丁 鲜贝70g, 粟米35g, 胡萝卜15g	B 蚝油牛肉片 牛肉片90g, 洋葱40g	B 糖醋带鱼 段带鱼110g	B 泰汁荔力球 爱森荔力球100g, 泰式甜辣酱8g	B 鱼香肉丝 肉丝90g, 笋丝15g
俄式焖牛肉 牛前肉块120g, 番茄15g, 洋葱10g, 番茄酱5g	香爆猪里脊 猪里脊100g, 青圆椒10g, 红圆椒5g, 洋葱10g	孜然爆炒掌中宝 掌中宝100g, 洋葱10g, 青圆椒5g, 胡萝卜10g	爱森纯肉肠 爱森纯肉肠1根	爆浆鸡排 爆浆鸡排80g
包菜豆筋炒皮肚 卷心菜80g, 豆筋5g, 水发肉皮20g	肉沫茄子 肉糜20g, 长茄90g	福新熊猫豆沙包 福新熊猫豆沙包1只	烂糊肉丝 大白菜100g, 肉丝15g, 鲜香菇5g, 胡萝卜3g, 五香干2g	玉米味猫爪糕 玉米味猫爪糕1只
葱油黄瓜 黄瓜110g	葱油冬瓜 冬瓜140g	炒油麦菜 油麦菜110g	炒生菜 生菜110g	炒芹菜 毛芹110g
黑米饭 海丰优质大米110g, 黑米5g	米饭 海丰优质大米110g	培根蘑菇炒饭 培根15g, 鲜蘑菇15g, 青豆10g, 光明鲜鸡蛋20g, 海丰优质大米110g	米饭 海丰优质大米110g	瑶柱海苔蛋炒饭 鲜贝15g, 光明鲜鸡蛋30g, 小伙子拌饭海苔3g, 胡萝卜5g, 海丰优质大米110g
木耳菌菇蛋汤 海鲜菇20g, 光明鲜鸡蛋10g, 黑木耳0.1g	紫菜鱼丸汤 干裙带菜2g, 鱼丸10g	翡翠鲜蔬汤 卷心菜10g, 黑木耳1g, 胡萝卜5g, 光明鲜鸡蛋10g, 金针菇5g	海带猪骨汤 干海带丝10g, 汤骨块15g	莲子银耳羹 莲子2g, 银耳2g
				Happyday (蓝莓果汁) 蓝莓果汁1盒