

博实乐广东碧桂园学校（幼儿园）第11周菜谱

2022.4.25~2022.5.1

餐次	类别	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐	点心	椰汁面包	火腿片面包	香滑猪肉包	吐司面包	蛋挞		
	主食	无衣玉米	干蒸	蛋炒面	蒸肠仔	三丝炒米粉		
	粥	瘦肉油菜粥	香菇滑鸡粥	莲子百合瘦肉粥	淮山瘦肉粥	南瓜小米粥		
	奶类	伊利QQ星	伊利QQ星	伊利QQ星	伊利QQ星	伊利QQ星		
	备加	葱花饼/鹌鹑蛋	毛豆/鸡蛋	番薯/鹌鹑蛋	栗子肉/鸡蛋	贝贝南瓜/鹌鹑蛋		
午餐	主菜	包菜粉丝	土豆焖鸭	清蒸鲈鱼	芋头焖鹅	甜甜圈/肉松蛋糕/薯条		
	配菜	醋溜土豆丝	牛肉蒸滑蛋	五彩肉丁	节瓜炒肉丝	玉米/奶酪鸡中翼/杏鲍菇炒牛肉粒		
	蔬菜	香菇炒油菜	油麦菜	白菜仔	生菜	糖醋排骨/豆角炒肉片/肉沫粉丝蒸娃娃菜		
	主食	五常大米饭	五常大米饭	五常大米饭	五常大米饭	盐水菜心/西兰花蛋炒饭		
	汤	玉米栗子汤	木棉花胡萝卜猪骨汤	椰子煲老鸡汤	玉米胡萝卜龙骨汤	椰汁黑珍珠/哈密瓜/西瓜		
午加餐	水果/糖水	火龙果	牛奶番薯芋头糖水	西瓜	橙子			
	点心	菠菜馒头	马拉盏	提子包	奶香馒头	每日坚果		
晚餐	主菜	豉油鸡	脆香鸡柳	香烤猪肉	番茄烩牛肉			
	配菜	青瓜炒肉片	火腿炒西兰花	番茄炒鸡蛋	松花菜花炒肉丝			
	蔬菜	娃娃菜	大列巴面包	菜心	小塘菜			
	主食	五常大米饭	咖喱鸡肉炒饭	五常大米饭	五常大米饭			
	汤	山药芙蓉羹	奶油西红柿汤	冬瓜海米汤	枸杞肉片汤			
	饭后果	苹果	牛奶枣	红提	香梨	小台芒		
晚加餐	奶类	风行纯奶	风行纯奶	风行纯奶	风行纯奶	风行纯奶		
	点心	南瓜包	芝士蛋糕	胡萝卜馒头	芝麻包	土豆面包		

广东碧桂园学校小学餐厅第11周菜谱

2022.4.25~2022.5.1

广东碧桂园学校小学餐厅第11周菜谱										
2022.4.25~2022.5.1										
餐次	楼层	类别	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	
			4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	
早餐	一楼 (套餐)	粥/奶	伊利纯奶	冬瓜薏米瘦肉粥	伊利纯奶	皮蛋瘦肉粥	伊利纯奶			
		粉/面	肉酱蒸粉	粟米饼	黄金糕	紫菜饺子	三丝炒面			
		点心	椰香包	叉烧包	糯米鸡	火腿面包	玉米饺子			
		备加	牛奶/鸡蛋/面包	牛奶/鸡蛋/面包	牛奶/鸡蛋/面包	牛奶/鸡蛋/面包	牛奶/鸡蛋/面包			
	二楼 (自助餐)	奶类	伊利纯奶	伊利纯奶	伊利纯奶	伊利纯奶	伊利纯奶			
		粥类	萝卜瘦肉粥	冬瓜薏米瘦肉粥	八宝粥	皮蛋瘦肉粥	眉豆瘦肉粥			
		粉类	三丝炒面	菜心鸡丝汤面	肉酱蒸粉	肉酱捞面	三鲜汤粉			
		粗粮	蒸番薯		蒸玉米		芋头仔			
		蛋类	蒸鸡蛋	鸡蛋	蒸鸡蛋	水煮鸡蛋	蒸鸡蛋			
			点心	叉烧包	紫菜饺	杂粮糕	玉米饺子	糯米包		
				提子蛋糕	椰香包	生肉包	奶皇包	地瓜丸		
	早加餐		香满楼鲜奶	乐悠黄桃味酸奶	卡士鲜酪乳原味	香满楼蓝莓味酸奶	乐悠原味酸奶			
	午餐	一楼 (套餐)	主菜	沙茶酱风味肉片	虫草花蒸鸡	土豆焖牛肉	蜜汁叉烧	风味鱼丸子		
配菜			小瓜炒牛肉	番茄炒蛋	鸡肉炖豆腐	木耳肉菜土豆丝	蒸水蛋			
蔬菜			菜心	油麦菜	小塘菜	生菜	菜心			
汤			金菇肉丝腐竹汤	土豆南瓜煲鸡汤	冬瓜玉米肉丝汤	木瓜煲鱼汤	雪梨马蹄雪耳糖水			
二楼 (自助餐)		主菜	蜜汁叉烧	风味鱼丸子	沙茶酱风味肉片	虫草花蒸鸡	土豆焖牛肉			
			孜然鸡柳	回锅肉	扁豆焖鸡肉	姜葱焗虾	番茄烩肉片			
		配菜	蒸水蛋	杂豆炒鸡丁	小瓜炒牛肉	番茄炒蛋	麻婆豆腐			
			酸辣莲藕肉丝	木耳肉菜土豆丝	土豆焖茄子	酸辣木耳肉片	炸薯条			
		蔬菜	娃娃菜	菜心	小白菜	小塘菜	油麦菜			
		点心					甜甜圈			
		水果					西瓜			
午加餐		金菇肉丝腐竹汤	土豆南瓜煲鸡汤	冬瓜玉米肉丝汤	木瓜煲鱼汤	雪梨马蹄雪耳糖水				
午加餐		苹果	沃柑	香蕉	香梨	风行乳酸奶				
晚餐	一楼 (套餐)	主菜	上汤鱼饺	土豆烩鸡柳	卡真风味鸭	奥尔良烤鸡翅				
		配菜	香菇肉丝炒饭	肉酱螺纹粉	青豆鸡粒炒饭	番茄蛋汤米粉				
		蔬菜	包菜	娃娃菜	奶白菜	小白菜				
		汤	佛手瓜煲猪骨汤	番茄蛋汤	节瓜煲鸭汤	香芋西米露				
	二楼 (自助餐)	主菜	卡真风味鸭	奥尔良烤鸡翅	上汤鱼饺	土豆烩鸡柳				
			红烧肉	支竹焖鹅	土耳其风味鸡	回锅鸭肉				
		配菜	肉酱螺纹粉	香菇肉丝炒饭	番茄蛋汤通心粉	青豆鸡粒炒饭				
		蔬菜	油麦菜	包菜	生菜	奶白菜				
		汤	佛手瓜煲猪骨汤	番茄蛋汤	节瓜煲鸭汤	香芋西米露				
	晚加餐		风行纯奶/豆沙包	伊利纯奶/菠菜蛋糕	风行纯奶/麦香花卷	伊利纯奶/奶香馒头				

广东碧桂园学校中学餐厅第11周菜谱

2022.4.25~2022.5.1

餐次	类别	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
		4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日
早餐	奶类	屋型鲜奶	屋型鲜奶	屋型鲜奶	屋型鲜奶	屋型鲜奶		
		乐悠原味酸牛奶	香满楼酸奶/蓝莓味	乐悠黄桃酸牛奶	鲜酪乳	香满楼酸奶/原味		
	粥类	柴鱼花生粥	皮蛋瘦肉粥	玉米滑鸡粥	菜干黄豆瘦肉粥	粟米瘦肉粥		
	粉面类	三丝炒河粉	三丝炒陈村粉	三丝猪肠粉	三丝炒桂林米线	三丝炒河粉		
	鸡蛋	蒸鸡蛋	蒸鸡蛋	蒸鸡蛋	蒸鸡蛋	蒸鸡蛋		
	粗粮	酥皮面包	叉烧面包	肉松沙拉包	甜甜圈	火腿面包		
	点心	叉烧包	奶皇包	马拉糕	披萨	叉烧包		
		蛋挞	汤圆	糯米鸡	干蒸	老婆饼		
		蛋糕	上汤饺子	蛋挞	红豆卷面包	上汤饺子		
		蒸粟米	蒸番薯	蒸粟米	蒸番薯	蒸粟米		
午餐	自选餐	蜜汁叉烧	鸡米花	市长鹅	五柳鸡扒	蒸排骨		
		酸梅鸭	水煮牛肉	水煮鱼片	水煮肉片	川味狮子球		
		老少平安	豉油鸡	炸鸡中翅	红烧豆腐	番茄烩鸡柳		
		松花菜炒牛肉	玉米粒炒鸡丁	干锅鸡	骨肉相连	风味锅烧鸭		
		水煮鸡片	肉丝炒土豆丝	麻婆豆腐	虾米粉丝蒸水蛋	地三鲜		
		肉碎鸡蛋玉米粒炒饭	牛松炒饭	肉碎豆角粒炒饭	雪菜鸡丝炒饭	扬州炒饭		
		蔬菜	蔬菜	蔬菜	蔬菜	蔬菜		
		冬瓜肉粒汤	奶白菜煲老鸡汤	粉葛煲鸭汤	凉瓜黄豆煲鸡汤	木瓜煲鸡脚汤		
		雪菜鸡丝汤桂林粉	老坛酸菜牛肉面	榨菜肉丝汤乌冬	云吞汤米粉	酸豆角肉碎汤面		
晚餐	自选餐	豉汁凉瓜炒滑鸡	干蒸	沙茶酱鸭片	烤鸡			
		茄汁鸡扒	肉碎蒸水蛋	萝卜焖牛腩	冬瓜烩肉片			
		酸辣土豆肉丝	麻辣鸭	宫爆茄丁	麻辣莴笋烩鸡柳			
		客家咸鸡	鲜淮山炒肉片	韭王炒鸡蛋	川式香辣鸭丁			
		西兰花炒肉片	节瓜烩花腩	上汤鱼皮角	卡真土豆			
		披萨	日式烤鳗鱼套餐	鸡扒包	蜜汁猪颈肉套餐			
		蔬菜	蔬菜	蔬菜	蔬菜			
		枸杞肉丝汤	南瓜小米粥	冬瓜紫菜汤	椰汁香芋西米露			
		火腿蛋汤米粉	鸡扒汤米粉	酱香拌面	牛腩汤面			