

博实乐广东碧桂园学校（幼儿园）第9周菜谱

2022.4.11~2022.4.17

餐次	类别	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17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	蒜香面包	火腿包	奶黄卷	燕麦面包	蛋挞		
	主食	鱼蛋粉	韭菜饺	芹菜炒蛋面	春卷	龙骨汤馄饨		
	粥	皮蛋瘦肉粥/白粥	杞子肉粥	番薯粥	眉豆瘦肉粥	白粥		
	奶类	伊利QQ星	伊利QQ星	伊利QQ星	伊利QQ星	伊利QQ星		
	备加	鸡蛋/紫薯	玉米/鹌鹑蛋	鲜花生/鸡蛋	鹌鹑蛋/贝贝南瓜	鸡蛋/毛豆		
午餐	主菜	五彩松仁粒	青豆山药炒虾仁	番茄酸汤鱼	手撕鸡	美味鸡中翼		
	配菜	蔬菜丸子	节瓜丝炒肉丝	菜花炒肉片	小瓜炒肉丝	三色莴笋丝		
	蔬菜	上汤娃娃菜	油麦菜	小塘菜	生菜	菜心		
	主食	五常大米饭	五常大米饭	五常大米饭	五常大米饭	多味炒饭		
	汤	菌菇汤	山药薏米赤小豆龙骨汤	芥菜肉片汤	花生眉豆鸡脚汤	冬瓜扁豆老鸭汤		
午加餐	水果/糖水	火龙果	五色豆粥	西瓜	哈密瓜			
	点心	南瓜馒头	红糖馒头	茄酱餐包	香芋馒头	火龙果馒头		
晚餐	主菜	糖醋里脊	烤鸡扒	蜜汁叉烧	土豆焖牛腩			香煎鸡扒/翡翠白玉卷
	配菜	土豆丝肉丝	培根炒包菜	芥兰炒牛肉	南瓜焖肉丝			芥兰炒肉片
	蔬菜	生菜	芝士肉松卷	白菜仔	大白菜			油麦菜
	主食	五常大米饭	肉酱螺纹粉	五常大米饭	五常大米饭			云吞面
	汤	奶白菜龙骨汤	奶油玉米汤	玉米胡萝卜龙骨汤	雪梨瘦肉汤			节瓜肉丝汤
	饭后果	苹果	牛奶枣	红提	香梨	沃柑		橙子
晚加餐	奶类	伊利纯牛奶	伊利纯牛奶	伊利纯牛奶	伊利纯牛奶	伊利纯牛奶		伊利纯奶
	点心	蜜豆面包	蓝莓蛋糕	菠菜馒头	咸面包	巧克力面包		蛋糕

广东碧桂园学校小学餐厅第9周菜谱

2022.4.11~2022.4.17

广东碧桂园学校小学餐厅第9周菜谱										
2022.4.11~2022.4.17										
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11日	4月12日	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	
早餐	一楼 (套餐)	粥/奶	伊利纯奶	皮蛋瘦肉粥	风行乳酸奶	金针瘦肉粥	伊利纯奶			
		粉/面	三丝炒粉	葱花面包	肉汁蒸粉	生肉包	三丝炒粉			
		点心	叉烧包	奶皇包	玉米饺子	可可蛋糕	果馅面包			
		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	风行乳酸奶	伊利纯奶	伊利纯奶			
		粥类	玉米菜心粥	皮蛋瘦肉粥	南瓜小米粥	金针瘦肉粥	燕麦杞子粥			
		粉类	三丝捞面	菜心鱼丸汤粉	三丝炒面	肉酱捞粉	生菜鸡丝汤面			
		粗粮			蒸番薯		蒸玉米			
		蛋类	蒸鸡蛋	鸡蛋	蒸鸡蛋	水煮鸡蛋	卤水蛋			
			点心	杂粮糕	叉烧包	生肉包	黄金糕	糯米包		
				葱花面包	玉米饼	地瓜丸	豆沙包	奶皇包		
	早加餐		乐悠黄桃味酸奶	香满楼鲜奶	卡士鲜酪乳原味	香满楼原味酸奶	乐悠原味酸奶			
	午餐	一楼 (套餐)	主菜	虫草花豆干焖肉片	盐水虾	土豆焖牛肉	豉油鸡	蜜汁叉烧		
			配菜	蒸水蛋	肉菜土豆丝	番茄炒蛋	牛肉炖豆腐	冬瓜焖鸡肉		
蔬菜			菜心	生菜	大白菜	小塘菜	油麦菜			
汤			冬瓜玉米肉丝汤	土豆南瓜煲鸡汤	节瓜煲鸭汤	粉葛眉豆煲鱼汤	香芋西米露			
二楼 (自助餐)		主菜	豉油鸡	蜜汁叉烧	番茄烩牛肉	虫草花豆干焖肉片	土豆焖牛肉			
			水煮肉片	回锅鸭肉	香辣虾	泰汁烩鸡肉	风味鱼丸子			
		配菜	地三鲜茄子	冬瓜焖鸡肉	松花菜炒肉	蒸水蛋	番茄炒蛋			
			麻婆豆腐	莲藕炒肉片	酸辣土豆丝	回锅香干	炸薯条			
		蔬菜	生菜	菜心	小塘菜	大白菜	菜心			
		点心					蛋卷			
		水果					圣女果			
汤		冬瓜玉米肉丝汤	土豆南瓜煲鸡汤	节瓜煲鸭汤	粉葛眉豆煲鱼汤	香芋西米露				
午加餐		苹果	沃柑	香蕉	香梨	风行乳酸奶				
晚餐		一楼 (套餐)	主菜	土豆烩鸡柳	豆腐焖牛腩	奥尔良烤鸡翅	五香卤鸭肉		支竹焖鹅	
	配菜		肉菜菜丝炒饭	三鲜汤通心粉	木耳肉丝炒饭	番茄蛋汤米粉		杂菇炒牛肉		
	蔬菜		娃娃菜	油麦菜	小白菜	生菜		娃娃菜		
	汤		莲藕煲猪骨汤	番茄蛋汤	金菇肉丝雪耳汤	海带绿豆糖水		沙葛瘦肉汤		
	二楼 (自助餐)	主菜	豆腐焖牛腩	土豆烩鸡柳	五香卤鸭肉	奥尔良烤鸡翅		玉米肉菜炒饭		
			风味焖鸭	香辣焖鹅	辣子鸡肉	红烧肉		肉丝炒面		
		配菜	番茄蛋汤米粉	肉片汤螺纹粉	三鲜汤面	鲜辣汤通心粉		牛肉粥		
		蔬菜	油麦菜	娃娃菜	芥菜	小白菜				
	汤	莲藕煲猪骨汤	番茄蛋汤	金菇肉丝雪耳汤	海带绿豆糖水					
	晚加餐		风行纯奶/莲蓉包	伊利纯奶/海绵蛋糕	伊利纯奶/麦香花卷	风行纯奶/叉烧包				

广东碧桂园学校中学餐厅第9周菜谱

2022.4.11~2022.4.17

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11日	4月12日	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17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	川味水煮鱼	榨菜蒸猪肉	鸡米花	辣子鸡丁	五彩肉丁		
		四杯鹅	菠萝咕嚕肉	卤水鸡	水煮牛肉	酱爆墨鱼丸		
		香酥鸡中翅	水煮鸡片	回锅豆干	青瓜炒滑鸡	肉碎蒸水蛋		
		西兰花炒肉片	客家风味咸鸡	古法锅叉烧	豉油鸭	咖喱风味炒滑鸡		
		麻婆豆腐	韭菜炒鸡蛋	咖喱土豆鸡柳	卡真土豆	客家红烧肉		
		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		
		萝卜煲老鸡汤	冬瓜玉米粒肉粒汤	沙葛煲鸭汤	奶白菜煲老鸡汤	花生莲藕煲鸡脚汤		
		榨菜肉丝汤乌冬	老坛酸菜牛肉面	雪菜鸡丝汤桂林粉	云吞汤米粉	酸豆角肉碎汤面		
晚餐	自选餐	土豆炒肉片	西兰花炒瘦肉	水煮肉片	番茄煮蛋		西兰花炒肉片	
		松花菜炒牛肉	双宝焖鸡柳	香辣鸭	佛手瓜炒鸡		十三香烤琵琶鸭	
		奥尔良风味烤鸡	香锅鸡	粉丝蒸水蛋	麻辣鱼蛋		椒盐鸡扒	
		双色蒸水蛋	孜然鸭片	萝卜焖牛腩	脆皮鸡			
		番茄烩狮子球	里昂土豆	松花菜炒鸡柳	洋葱鸡扒			
		披萨	日式烤鳗鱼套餐	披萨	蜜汁手撻骨套餐			
		蔬菜	蔬菜	蔬菜	蔬菜		蔬菜	
		枸杞蛋花汤	南瓜小米粥	番茄鸡蛋汤	椰汁香芋西米露		节瓜丝肉丝汤	
		酱香拌面	鸡扒汤米粉	火腿蛋汤米粉	牛腩汤面			